

NOȚIUNI
DE
SPIRITUALITATE

NOȚIUNI DE SPIRITUALITATE

Hector Esponda

RADHA SOAMI SATSANG BEAS ROMANIA

Publicată de:
J. C. Sethi, Secretar
Radha Soami Satsang Beas
Dera Baba Jaimal Singh
Panjab 143 204, India

Aducem mulțumiri lui Brian Hines și editurii „Treshold Press”
pentru permisiunea acordată de a cita fragmentul din cartea
God's Whisper, Creation's Thunder

© 2016 Radha Soami Satsang Beas
Toate drepturile rezervate



Prima ediție 2016

Tipărit în India

Published by:
J. C. Sethi, Secretary
Radha Soami Satsang Beas
Dera Baba Jaimal Singh
Punjab 143 204, India

© 2016 Radha Soami Satsang Beas
All rights reserved

First Romanian edition 2016

23 22 21 20 19 18 17 16 8 7 6 5 4 3 2 1

ISBN 978-81-8466-???-?

Printed in India by:

CUPRINS

1. Starea în care ne aflăm	7
2. Consecințele acțiunilor noastre	17
3. Ce se petrece în momentul morții	20
4. Nirea și plecarea	22
5. Pregătindu-ne pentru moarte	26
6. Să ne dezvoltăm natura spirituală	29
7. Necuprinsul infinit	34
8. Cei cinci piloni ai spiritualității	43
9. Necesitatea unui învățător spiritual viu	45
10. De ce vegetarianism ?	52
11. Să ducem o viață simplă, morală	55
12. Obturarea viziunii	62
13. Meditația	64
14. Limitele noastre în iubire	73
15. El Camino Real – Calea Regală	82
Cărți despre spiritualitate	87
Adrese pentru informații și cărți	89



STAREA ÎN CARE NE AFLĂM

Cine nu ar dori să fie fericit? Dorința de fericire este una din cele mai mari surse de energie care pun în mișcare viața omenească. Și totuși, câți oameni pot spune că au cunoscut vreodată cu adevărat fericirea? În realitate, majoritatea oamenilor își consumă cea mai mare parte din viață căutând, într-un mod sau altul, fericirea. Iar ei și-ar dori ca fericirea lor să fie una permanentă. O caută în multe direcții – în relațiile cu ceilalți, în carierele profesionale, câștigând bani, în sex, citind cărți, vizionând filme, consumând alcool ori droguri, ieșind să mănânce în oraș, făcând cumpărături, luându-și haine, căutând să obțină putere, popularitate sau prestigiu. Toate aceste lucruri se află, prin natura lor, în exteriorul omului, fapt ce îl face să creadă că fericirea poate fi găsită în lumea exterioară.

Uneori, este posibil ca pentru o scurtă perioadă unii să simtă că au obținut ceea ce au urmărit, dar după o clipă acest simțământ dispare. Dacă lucrurile exterioare îți furnizează o oarecare satisfacție, ea nu dăinuie mult timp – și în aceasta constă problema. Mai devreme sau mai târziu avem nevoie de altceva. Trebuie găsită o altă sursă de fericire. Minte se plictisește de ceea ce posedă și din nou omul este dezamăgit sau simte că îi lipsește ceva. Încă odată începe să caute în lumea din afară ceva nou. Dacă ne bucurăm acum că avem o mașină nouă, după un an bucuria începe să pălească, iar mașina devine un model învechit care nu ne mai place. Același lucru se petrece cu relațiile

noastre cu ceilalți, cu realizările noastre profesionale, cu plăcerile noastre, cu tot ceea ce banii pot dobândi și cu toate așa-zisele „trăiri intense” ale vieții.

Ne-am putea pune, prin urmare, întrebarea: există în lume vreo bucurie sau fericire care să nu se schimbe și pe care să o simțim în permanență? O voce interioară ar putea răspunde: „Da, asemenea fericire ar fi posibilă dacă lucrurile ar sta altfel... dacă aș obține acea promovare... dacă aș scăpa de vreo douăzeci de kilograme... dacă aș putea găsi omul potrivit.” Dar nici în această situație lumea nu se conformează dorințelor noastre și ajungem din nou pe același vechi palier al nemulțumirii.

Următoarea întrebare pe care am putea-o pune este: „se poate oare să căutăm fericirea într-o direcție greșită?” Iar pentru a răspunde, trebuie mai întâi să răspundem la altă întrebare: „cine sau ce sunt eu?”

Dacă am lua un leu din junglă și l-am închide într-o cușcă la circ, ne-am putea face oare vreo idee despre adevăratul potențial al animalului? Dacă luăm un pește de apă dulce și îl ducem în mare, credem noi că peștele ar supraviețui? Leul se va simți înțemnițat și va suferi, peștele va pieri cu siguranță. Aceasta pentru că fiecare creatură, prin însăși natura ei, are cerințe specifice. Dar nouă, ca oameni, care ne sunt cerințele specifice? Ne cunoaștem oare propria natură? Numai dacă am înțelege cine sau ce suntem am putea ști ce anume ne-ar mulțumi. Este posibil ca noi să ne înșelăm asupra adevăratei noastre naturi? Este posibil ca aceasta să fie cauza pentru care nu putem fi fericiți pentru mult timp?

O viziune spirituală asupra lumii

Deoarece trupul omenesc este constituit din materie, ființele umane au o dimensiune fizică, dar ele au și o dimensiune mentală, emoțională și spirituală. Pentru a înțelege ce sunt ei și a-și pune în valoare întregul lor potențial, oamenii trebuie să-și dezvolte deplin toate cele patru dimensiuni. Aceste patru aspecte ale

naturii omenеști pot fi asemuite celor patru roți ale unei mașini. Dacă una din ele este dezumflată, mașina nu merge bine. Cei mai mulți oameni își consacră o mulțime de timp și de energie dezvoltării laturii lor fizice, mentale și emoționale. Adesea o dezvoltă pe una dintre ele în detrimentul celorlalte două. Dar foarte puțini oameni întrevăd existența marelui lor potențial spiritual. De fapt, mulți nici nu au idee că acesta există. Ca atare, vieții lor îi lipsește echilibrul întocmai ca și mașinii cu o roată dezumflată.

Secretul unei existențe armonioase și pline de sens se află în dezvoltarea acestei dimensiuni spirituale. Dar pentru aceasta trebuie să ne schimbăm propria atitudine. Această nouă orientare către spiritualitate, ne va oferi o nouă perspectivă, cea spirituală. Ea va influența felul în care reacționăm față de lumea exterioară. Ne va ajuta să ne redefinim modul de abordare a vieții cotidiene, să ne redefinim valorile și prioritățile; și prin aceasta, ne va oferi o imagine mai reală asupra a cine și ce suntem. Având o concepție spirituală asupra lumii, ne vom înțelege mai bine propria noastră natură și marele ei potențial. Această înțelegere ne va oferi cheia către o fericire mai profundă și mai constantă, permițându-ne accesul la o viață mai echilibrată și mai împlinită. Așa cum peștelui de apă dulce îi este necesară apa râului pentru a trăi, iar leului îi este necesară jungla pentru a fi cu adevărat puternic, la fel și ființelor omenеști le sunt necesare hrana spirituală și viața spirituală pentru a se simți cu adevărat împlinite și a-și dezvolta întregul lor potențial. Cheia fericirii constă în readucerea spiritualității în viețile noastre. Secretul unei vieți fericite, lipsite de griji și împlinite, constă în a face din evoluția noastră spirituală prioritatea absolută.

Țintele dorinței

Principală noastră dificultate în a deveni conștienți de nevoia de spiritualitate este faptul că suntem prea captivați de lume

și de obiectele ei. Minteaa noastră nu mai are timp sau loc în agenda ei cotidiană pentru a se preocupa și de altceva. Asemenea unei plute aruncate pe mare, mintea urcă și coboară pe valurile impresiilor senzoriale. Asemenea unei maimuțe, ea nu este niciodată liniștită. Minteaa este cu totul captivată de ceea ce experimentează în exteriorul ei. Fiecare por al ei este saturat de plăceri ale simțurilor. Este bombardată de vise și de dorințe, pătrunsă de făgăduințele lumii.

Neîncetata activitate mentală a egourilor noastre focalizate asupra lor însele, se reflectă în faptul că suntem acaparați de ceea ce considerăm că ne aparține nouă – familie, prieteni, carieră și proprietăți. Dar dacă, de fapt, nimic din toate acestea nu ne aparține cu adevărat? Știm că atunci când murim, niciunele din acestea nu ne însoțesc. Cu toții știm că nimic din această lume nu a însoțit pe cineva dincolo de moarte și că nu o poate face vreodată. Toți știm că va trebui să ne lăsăm aici corpul; lăsăm în urma noastră toate comorile pe care le-am adunat. Le spunem adio celor pe care i-am iubit. Fie că ne place sau nu, tot ceea ce privește lumea fizică trebuie abandonat în momentul morții.

Teoretic știm toate acestea. Dar dacă, atunci când va sosi moartea, ne vom da seama limpede că ne-am înșelat, că ceea ce credeam a fi real nu a fost decât o umbră a realității? Este oare posibil să ne dăm seama că viața este ceva mai mult decât ceea ce tocmai am parcurs?

Clădim castele de nisip

Să ne închipuim, după cum a spus Shakespeare, că lumea este o scenă. Toți venim aici pentru a juca anumite roluri – de soț sau soție, de fiu sau fiică, de creditor sau datornic. Dar după ce rolul nostru a fost jucat, ne retragem exact la fel cum fac actorii dintr-o piesă și ne reîntoarcem la ceea ce suntem „în realitate”. Lumea, ca și teatrul, nu este ceva permanent. Dacă ne formăm o concepție despre lume care așază viața în perspectiva ei corectă

și le acordă lucrurilor din această viață adevărata lor valoare, acea perspectivă ne va da și tăria de a nu fi doborâți de furtunile vieții. Având această perspectivă, vom învăța să fim în lume fără a fi copleșiți de ea. Corabia plutește pe apă, dar apa nu trebuie lăsată să pătrundă în corabie. Dacă pătrunde, corabia se va scufunda.

Am reflectat vreodată la ciudățenia faptului că muncim zi și noapte, întreaga noastră viață, pentru a poseda lucruri care nu vor putea fi niciodată cu adevărat ale noastre? Obosim alergând după iluzii. Părinți, copii, soț, prieteni, avere și bunuri, toate dispar în momentul morții noastre, iar uneori chiar înainte de a muri noi. Odată cu ultima noastră suflare ele au dispărut pentru totdeauna și totuși, câte zile avem, trăim și muncim numai pentru ele. Descoperim prea târziu că ne irosim viețile clădind castele de nisip.

Împinși și îmbrânțiți

Pentru mulți oameni, mare parte din viață constă în încercarea de a menține un echilibru, ca și cum s-ar lupta să rămână în picioare în mijlocul unei mulțimi care îi împinge și îi îmbrânțește. S-ar părea că viața ne silește să devenim acrobați de profesie. Vrem să ne îndeplinim cum se cuvine îndatoririle profesionale, să ne creștem bine copiii, să-i răsfățăm pe cei dragi, să ne petrecem un timp cu prietenii, un timp cu familia și un timp cu noi înșine. În această lume complicată pe care am alcătuit-o, am vrea de asemenea să ne îngrijim de căminele, mașinile, corpurile, mințile, inimile și sufletele noastre. Am vrea să facem și sport, să ne satisfacem și hobby-urile, să ne hrănim și curiozitățile. Le dorim pe toate – și, ca și cum acestea nu ar fi suficiente, pentru a complica lucrurile și mai mult – dorim, mai presus de toate, mai mulți bani, mai multă putere, mai multă recunoaștere, mai multe bunuri, mai mult din toate. Necazul este că nu le putem avea. Și nu le putem avea din simplul motiv că nu avem timpul necesar. Și chiar dacă l-am fi avut, odată împlinită una

dintre dorințe, se insinuează o alta, iar rezerva noastră limitată de timp și energie nu corespunde cerințelor noastre. Oricât de mult ne-am strădui, pur și simplu nu suntem în stare, în timpul pe care îl avem la dispoziție, să satisfacem toate cerințele pe care dorințele noastre i le impun minții.

Să ducem o viață echilibrată

Pentru a face ca viața noastră să capete un sens, trebuie să ne lămurim ce anume este mai de preț pentru noi. Trebuie să aruncăm o privire atentă asupra priorităților noastre. Ne străduim să dobândim echilibru lăuntric dar, asemenea altor trăsături admirabile, echilibrul este greu de atins. Echilibrul înseamnă să discernem, dintre multele noastre preocupări, care ne sunt nevoile reale, iar apoi să ne reorientăm prioritățile pentru ca ele să reflecte acele nevoi. De obicei aceasta implică renunțarea la unele dintre preocupările și atașamentele la care ținem cu îndârjire, iar pentru aceasta trebuie să fim pregătiți să ne punem unele întrebări dure. Merită însă osteneala să ni le punem, întrucât echilibrul este esențial pentru a ajunge la cunoașterea de sine; iar fără a ști cine suntem, nu putem ajunge foarte departe în viață.

Societatea actuală susține că a avea echilibru înseamnă a avea soție, copii, casă, vreo două mașini, o slujbă bună, hobby-uri, să ne implicăm în viața comunității noastre religioase și în activități civice, să ne menținem în bună stare fizică – și lista continuă. Adevăratul echilibru are însă prea puțin de-a face cu toate acestea, pentru că toate sunt *exterioare* nouă, iar adevăratul echilibru este o stare *interioară*. A păstra echilibrul exterior al vieții este minunat pentru cineva care se mulțumește cu o viață de suprafață. Însă, pentru cei care sunt înclinați spre puțină reflecție, aceasta nu este de ajuns. Ei doresc să fie liberi de limitările lor, liberi de a fi dominați de posesiunile lor, liberi de nebunia, de dezamăgirile și de frustrările vieții de la acest nivel.

Ei sunt interesați să se trezească la ceea ce este viața cu adevărat și nu să-și creeze și mai multe iluzii.

Numai dacă ne vom trezi, vom afla ce înseamnă a fi viu cu adevărat. Cei mai mulți dintre noi nu trăim, doar existăm. Trebuie avut în vedere că în decursul acestei vieți limitate ce ne-a fost alocată, conform statisticilor recente, ne irosim șase luni așteptând la semafoare să se schimbe culoarea, un an căutând prin talmeș-balmeșul de pe birou lucruri pe care le-am pus unde nu trebuie, doi ani telefonând celor care nu sunt acasă sau ale căror telefoane sunt ocupate, cinci ani așteptând la cozi și încă trei stând în ședințe. Este o groază de timp ce ne este furat. Nu este doar timpul cel pe care îl pierdem, ci pierdem și șansa de a profita de viață în cel mai bun mod, de a experimenta cine suntem și de a afla ce anume dorim cu adevărat.

Este foarte important modul în care ne consumăm timpul și ce anume facem cu el. Ne complicăm viețile crezând în mod greșit că, pentru a fi fericiți și a avea o viață echilibrată, avem nevoie de toate aceste lucruri exterioare. Dar acest fel de a trăi nu este obligatoriu. Mai există și alte opțiuni. Iar pentru a descoperi aceste opțiuni este necesar, mai înainte de toate, să privim înspre interior; trebuie să privim înăuntrul nostru.

Ceea ce ne menține într-un cerc vicios de suferință și de nefericire este permanenta noastră preocupare pentru lucrurile lumești și interesul purtat obiectelor, oamenilor și activităților. Dezvoltarea unei vieți spirituale interioare este un instrument puternic, capabil să ne ajute să instaurăm, în propriul nostru sine, echilibrul și fericirea pe care încercăm mereu să le dobândim în exterior. Ne-am putea întreba cum se poate ajunge la acest lucru? Iar răspunsul logic este: să cerem, înainte de orice, ajutorul celor care au rezolvat cu succes această problemă. Avem nevoie de contactul cu cei care și-au dezvoltat ei înșiși potențialul lor spiritual și care ne pot arăta în ce mod să realizăm și noi același lucru.

Misticii

Misticii și sfinții care trăiesc printre noi sunt cei care ne pot învăța cum să aflăm exact ceea ce căutăm, tocmai pentru că ei înșiși au realizat acest lucru. Ei sunt exemple vii ale stării de echilibru la care năzuim.

Termenul „mistic” a fost foarte greșit înțeles în cultura occidentală. Despre mistici se crede adesea că sunt solitari, fără simțul realității, visători, retrași din viața de familie și activitățile lumești. Dacă însă am avea privilegiul de a întâlni un mistic adevărat, am vedea o imagine complet diferită. Am constata că adevărații mistici nu ocolesc răspunderile lumești. Dimpotrivă, în tot ceea ce fac au un nivel de eficiență și de productivitate extraordinar. Ei sunt stăpânii emoțiilor, gândurilor și acțiunilor lor și emană intensă pace și bucurie interioară.

Termenii „mistic”, „sfânt”, sau „învățător spiritual” folosiți în această carte, se referă la cel care a experimentat el însuși deplinătatea universului, s-a contopit cu el și i-a cunoscut fiecare latură. Un adevărat mistic sau sfânt este cel care are autoritatea de a vorbi, din propria sa experiență, despre subiecte precum viața și moartea. Prin urmare, misticii sunt cei care ne pot lămurii în ce fel să ne facem viețile mai pline de sens. Ei ne pot arăta care linie de conduită este benefică pentru noi și care nu.

Întrucât misticii dețin cunoașterea nemijlocită a tainelor universului, ei pot răspunde unor întrebări precum: Ce se întâmplă cu noi atunci când murim? De unde venim? În ce mod ne putem depăși limitările? Care este scopul vieții? Există Dumnezeu? Există un suflet? Cum am putea afla acea pace a minții și acea bucurie care să pună capăt, odată pentru totdeauna, suferinței, plictisului, neliniștii, însingurării și tuturor emoțiilor negative cărora suntem constrânși să le facem față?

Răspunsurile la aceste întrebări alcătuiesc străvechile *învățăturile ale sfinților* și aceasta este tema principală a cărții. Învățăturile sfinților se bazează pe experiența lor interioară și nu pe ceea

ce au auzit sau au citit ei. Sfinții sunt oameni care au făcut din spiritualitate esența vieții lor. Trăind în acest fel, ei devin expresia vie a celor mai minunate însușiri omenești și transcend obișnuitele limitări omenești. Cu ajutorul unei tehnici anume, ei sunt în măsură să-și părăsească trupul și să se reîntoarcă în el la voință. Ei au biruit moartea și au descoperit tainele universului. Asemenea mistici sau sfinți adevărați au fost întotdeauna prezenți pe pământ.

Sfinții și misticii vin în această lume ca învățători spirituali, pentru a ne reaminti cine suntem cu adevărat. Ei vin pentru a ne ajuta să ne ridicăm mai presus de limitările noastre și să privim pozitiv viața în ansamblul ei. Ei ne învață să nu le acceptăm orbește cuvintele, ci, punându-le în practică, să probăm fiecare dintre noi, pentru noi înșine, adevărul învățăturilor lor.

Misticii spun că, deși ne aflăm într-un corp, noi nu suntem doar acel corp. Suntem un conglomerat de trup, minte și suflet – sufletul fiind esența noastră, mintea învelișul acestuia, iar trupul un cămin temporar. Când corpul moare, sufletul continuă să existe. Cu alte cuvinte, moartea nu reprezintă sfârșitul vieții noastre; viața noastră continuă și după ce corpul a murit. De fapt – ne spun ei – există multe planuri prin care poate trece sufletul, iar tot acest univers, cu toate planetele, stelele și galaxiile sale, este doar o infimă parte a vastului ocean al creației. De asemenea, ei ne spun că întrucât există o creație, există un Creator.

În dezbaterile pe tema creației universului, știința a susținut predominant teoria „big bang-ului”. Este răspândită părerea că oamenii de știință nu admit existența lui Dumnezeu. De aceea, pentru unii poate fi surprinzător faptul că Albert Einstein, în pofida geniului său științific și înaltei cunoașteri a fizicii universului, a ajuns în final la concluzia că Dumnezeu trebuie să existe. El spune: „Pentru mine, este destul să contemp lu taina vieții conștiente care se perpetuează pe sine de-a lungul întregii veșnicii; să meditez asupra minunatei alcătuirii a universului, pe

care *vag* o putem percepe, și cu *smerenie* să încerc să înțeleg fie și numai o infimă parte a inteligenței manifestate în natură.” Comentând aceste afirmații, Robert Millikan, decanul Oamenilor de Știință Americani, declara Societății Americane de Fizică: „Iată definiția perfectă a lui Dumnezeu care îmi trebuia.”

Venind din partea lui Einstein, eminentul savant al secolului XX, această afirmație cu adevărat surprinzătoare și importantă ar putea convinge pe majoritatea dintre noi de omniprezența Creatorului. Ar trebui doar să reflectăm mai atent asupra sensului profund al cuvintelor lui: „Pentru mine este *destul* să *contemplan* taina vieții conștiente care se perpetuează pe sine de-a lungul întregii veșnicii; să *meditez* asupra minunatei *alcătuiiri* a universului, pe care *vag* o putem percepe și cu *smerenie* să încerc să înțeleg fie și numai o infimă parte a *inteligenței manifestate* în natură.”

De-a lungul istoriei, oamenii au susținut adeseori că știința și spiritualitatea se exclud reciproc, ceea ce nu este adevărat. Scrierile unor savanți asemenea lui Einstein arată că ei „știa” că există ceva dincolo de tărâmul timpului și spațiului. Totuși, ei nu au fost capabili să meargă mai departe pe această direcție. Misticii, pe de altă parte, sunt oamenii de știință ai spiritului. Ei și-au dezvoltat potențialul la maxim și, stăpânind perfect știința sufletului, au experimentat ei înșiși tărâmurile existente dincolo de minte și de materie. Prin urmare, ei sunt cei mai calificați să-i îndrume și pe alții să-și dezvolte pe deplin propriul potențial.



CONSECINȚELE ACȚIUNILOR NOASTRE

Sfinții ne spun că, pentru a ne îmbunătăți starea în care ne aflăm, este necesar, înainte de toate, să identificăm acele gânduri și acțiuni care ne induc o stare de pace și armonie. Dorințele ne direcționează gândurile, iar gândurile ne guvernează acțiunile. Înainte de a înfăptui ceva, în mintea noastră există o dorință, o intenție, sau un imbold. Mai întâi se formează în minte dorința, apoi mintea stăruie asupra ei, iar la un anumit punct mintea poate fi constrânsă să acționeze.

Acțiunile joacă un rol major în modelarea noastră. Noi acționăm prin corpul fizic, dar acțiunile sunt rezultatul gândurilor. Acțiunile pozitive sau negative sunt rezultatul gândirii pozitive sau negative. Gândurile sunt cheia succesului sau a eșecului. Gândurile noastre sunt răspunzătoare de atitudinea noastră, iar atitudinea determină dacă vom fi fericiți sau nefericiți. Atitudinea este mai importantă decât împrejurările, decât eșecurile sau reușitele, decât banii sau sărăcia, decât boala sau sănătatea. Dacă avem o atitudine pozitivă, nu ne vom pierde cumpătul nici chiar în împrejurările cele mai grele. Dacă avem o atitudine negativă, vom fi nefericiți chiar și în cele mai favorabile circumstanțe. Fericirea sau nefericirea în viață sunt, prin urmare, rezultatul modului în care reacționăm. Într-adevăr, viața ne este modelată de felul în care reacționăm în fața ei. Consecința acțiunilor

pozitive este fericirea, niciodată suferința. Consecința acțiunilor negative este suferința, niciodată fericirea.

Mintea funcționează asemenea unui computer: datele ce se introduc în el determină ceea ce se obține. Mai întâi de toate, sunt înregistrate în minte impresiile. Insistând asupra acestor impresii, săpăm în minte făgașe. Aceste făgașe devin atât de adânci, încât suntem programați de ele, iar apoi suntem constrânși să acționăm potrivit propriei noastre programări. Acesta este motivul pentru care trebuie să avem foarte multă grijă ce gândim. Trebuie să veghem cu grijă asupra gândurilor noastre și să încercăm să stăruim doar asupra acelor gânduri care ne vor ajuta să ne dezvoltăm atitudinea corectă, și care ne vor conduce la înfăptuirea unor acțiuni benefice nouă.

Efectul de bumerang

Misticii spun că pentru fiecare acțiune există o reacțiune, chiar dacă noi nu simțim neapărat pe loc efectul. De exemplu, atunci când cineva se îmbată, se poate simți mahmur a doua zi. Dar efectul acțiunii de a bea nu se limitează numai la mahmureală. În funcție de cele înfăptuite sub influența alcoolului, omul poate avea de suferit urmări îngrozitoare, putând ajunge chiar în închisoare sau la moarte. Același principiu se aplică și în privința acțiunilor pozitive. Atunci când cineva adoptă o dietă alimentară mai sănătoasă, sau face gimnastică, chiar dacă nu simte imediat beneficiile, poate fi sigur de rezultate pozitive la un moment dat în viitor.

Fie bună sau rea, odată săvârșită, o acțiune va avea sigur o urmare. Consecințele se năpustesc asupra noastră întocmai ca un bumerang care, odată aruncat, se întoarce exact înapoi la noi. Cu cât este mai mare forța pe care o aplicăm în aruncarea bumerangului, cu atât mai mare este forța cu care el se întoarce. Aceasta este o lege obiectivă și nu o apreciere emoțională sau subiectivă.

În cea de a treia sa lege a mișcării, Newton formulează principiul conform căruia oricărei acțiuni îi corespunde o reacțiune egală și de sens contrar. În domeniul științific această lege este riguros exactă și nici măcar un electron minuscul nu se poate mișca fără a genera un efect. Aceasta este legea acțiunii și reacțiunii. Întocmai ca și în fizică, ea ni se aplică și nouă sub forma legii cauzei și efectului sau karma (un cuvânt sanscrit care ad litteram semnifică acțiune). Această lege a acțiunii și reacțiunii care guvernează atât universul nostru cât și pe noi înșine, explică de ce unii oameni sunt nefericiți în timp ce alții sunt fericiți, de ce unii sunt bogați în timp ce alții sunt săraci. Înțelegând această lege ne putem explica multe din așa-zisele nedreptăți ale lumii.

Ceea ce ni se întâmplă este rezultatul nemijlocit al acțiunilor noastre. Nu există excepții. Nu putem ocoli această lege. Noi suntem cei răspunzători de acțiunile noastre și noi suntem cei care avem de suportat consecințele lor.

Sfinții ne spun că oceanul acțiunilor săvârșite de noi în trecut este de nepătruns. El este atât de vast și sunt atât de multe datorii restante – de consecințe pe care trebuie să le suportăm – încât ne este aproape imposibil să le achităm vreodată. Atunci când ajungem în compania unui sfânt în viață sau a unui învățător spiritual adevărat și începem să-i urmăm sfatul, înțelegem treptat cât de mult ne-au modelat acțiunile noastre din trecut starea în care ne aflăm și în ce fel sunt ele răspunzătoare chiar și pentru ceea ce iubim și ceea ce urâm în viață. Învățăm în acest fel să ne asumăm răpunderea pentru faptele noastre trecute și să reacționăm cu mai puțină vehemență când ne confruntăm astăzi cu urmările lor. Îndeplinind practica spirituală dezlegăm treptat legătura care ne înlănțuie de acțiunile noastre din trecut. Devenim capabili să ne controlăm reacțiile și să evităm acțiunile negative care ne-ar putea, mai departe, complica viața noastră viitoare.

CE SE PETRECE ÎN MOMENTUL MORȚII

După cum afirmă sfinții, acțiunile noastre au o asemenea importanță încât totalitatea lor determină felul și momentul morții noastre. În cartea sa *Calea Maeștrilor Spirituali*, Dr. Julian Johnson descrie pe larg implicațiile legii acțiunii și reacțiunii asupra morții și vieții. Parafrazând o parte a comentariului său despre karma, pornim de la faptul evident că fiecare trebuie să moară într-o zi. Fie om sau animal, bogat sau sărac, sănătos sau bolnav, nimeni nu scapă de moarte. Cu toții trebuie să-i treacă pragul. Sufletul care a preluat forma fizică trebuie să o abandoneze. Știm cu toții că va trebui să părăsim cândva această lume, dar nu știm când.

Atunci când omul moare, sufletul începe să se retragă din trup, de la tălpile picioarelor spre creștetul capului. Întregul corp amortește, iar atunci când întreg curentul-suflet s-a adunat în punctul aflat între sprâncene, respirația încetează și toate funcțiile corpului se opresc. În acel moment, sufletul părăsește trupul și omul moare.

După ce a murit, omului i se poate cere să preia din nou o viață pământească pentru a-și plăti o parte din datoriile karmice. Dacă, atât timp cât a fost pe pământ, și-a dus viața într-un mod degradant, este posibil să revină în acest plan în niște circumstanțe mult mai aspre pentru el. Dacă și-a dus viața în mod exemplar, este de asemenea posibil ca el să se reîntoarcă în

acest plan inferior pentru a se bucura de roadele acțiunilor sale. O altă posibilitate ar fi, în funcție de acțiunile, atașamentele și evoluția sa spirituală, să meargă într-o altă regiune subtilă, bună sau rea, și să rămână acolo un timp prestabilit, conform cu datoriile sale karmice.

Acestea sunt posibilitățile pe care le are sufletul după ce un om moare. Toate sufletele primesc în următoarea viață exact ceea ce au meritat și trebuie să înfrunte urmările acțiunilor lor. Dacă și-au impregnat mintea cu impresii negative, atunci acestea trebuie eliminate, într-un fel sau altul. Odată îndeplinit acest lucru, ele sunt libere să-și croiască drumul către planuri mai înalte și condiții mai bune.¹

Unora li se pare incredibil faptul că există viață după moarte și că mai sunt și alte tărâmurile de existență. Și totuși, ce poate fi mai incredibil decât faptul că, în timp ce noi citim acum această carte, aparent ferm așezați cu picioarele pe pământ, suntem de fapt cocoțați pe suprafața unei planete care se rotește în jurul soarelui cu o viteză de 105 600 kilometri pe oră, soare care este un bulgăre de foc suspendat în bezna universului. Aceasta nu este câtuși de puțin o poveste de adormit copiii, ci o realitate. Odată ce înțelegem că însuși modul în care existăm în acest univers este incredibil, nu am putea măcar să luăm în considerare posibilitatea ca viața să continue și după moarte, precum și faptul că mai sunt și alte tărâmurile de existență?

¹ Dacă nu se specifică în mod expres altcumva, toate extrasele din publicațiile care au fost înglobate în text provin din cărțile Radha Soami Satsang Beas menționate la sfârșit, pentru care dreptul de reproducere este al RSSB. În unele cazuri, exprimarea a fost simplificată sau modificată pentru claritate în contextul respectiv.



NIREA ȘI PLECAREA

Urmând învățăturile sfinților, începem să ne eliberăm de atașamentele care ne leagă de lume. Ne înfrânăm de la acțiuni ale căror urmări ne-ar putea constrânge la o nouă naștere. Admițând că pentru mulți occidentali este dificil să accepte ideea reîncarnării, Dr. Johnson arată că, dacă ne gândim puțin, vom vedea că aceasta este unica explicație rezonabilă pentru unele dintre cele mai complicate întrebări existențiale. De exemplu, de ce trebuie ca un bătrân neputincios să supraviețuiască ani în șir, povară pentru sine și pentru alții, în timp ce un copil perfect sănătos să moară subit.

„Numai reîncarnarea oferă o explicație rezonabilă. A pune aceste lucruri pe seama deciziei de neînțeles a unei divinități care se amestecă arbitrar în treburile vieții omenești, înseamnă să lași loc disperării și necredinței. În fond, părinții copilului trebuie să înțeleagă că, datorită propriilor lui acțiuni trecute, acestuia i s-a atribuit de la început exact acel scurt interval de viață, iar ei trebuie să fie recunoscători că el le-a fost „împrumutat” pentru acest scurt interval. Copilului, datorită propriilor sale acțiuni din trecut, i s-a atribuit exact acea durată de viață și nu mai mult. Acel timp luând sfârșit, el a trebuit să plece. Scurta lui viață a fost doar un act, o scurtă apariție pe scena vieții sale. Acest scurt act trebuia jucat. El a reprezentat de asemenea un episod din viața părinților săi. Atunci când consecințele faptelor din trecut, atât ale părinților cât și ale copilului, au fost lichidate, nu a mai fost

necesar pentru copil să rămână aici – nu mai mult decât trebuie un actor să rămână pe scenă după ce rolul său s-a încheiat.

De asemenea, cum de unii oameni vin în această lume cu infirmități teribile, în timp ce alții, aparent mai puțin merituoși, se nasc în brațele norocului? De ce unii copii se nasc cu o inteligență superioară, în timp ce alții sunt complet retardați? De ce unii se nasc cu porniri criminale, în timp ce alții vin în viață cu un simț acut al purității, dreptății și iubirii? Acestea și sute de alte întrebări ne asaltează pe toți, iar ele nu-și află răspuns decât dacă sunt privite ca o consecință directă a faptelor noastre din trecut, care au avut ca efect necesitatea de a prelua o nouă naștere.

Fiecare vine cu un repertoriu precis, trasat de el însuși ca o consecință a acțiunilor săvârșite în trecut. El trebuie să respecte acel repertoriu. Când ultimul act al repertoriului a fost interpretat, cortina cade. Vine sfârșitul. Venirea lui este iminentă. Mai mult, sfârșitul nu poate interveni până când și cel din urmă act al vieții sale nu a fost jucat. Omul trece atunci către o altă viață. Și acolo viitorul îi este stabilit pe baza propriilor sale merite. În acest mod fiecare individ marchează timpul în marele calendar al erelor. Singurul lucru care poate pune capăt vreodată acestei rutine monotone este întâlnirea cu un adevărat învățător spiritual în viață. Atunci când un om are această șansă, ea apare ca urmare a acțiunilor sale bune săvârșite în trecut și înseamnă că momentul decisiv al îndelungatei sale evoluții a sosit. Eliberarea sa este foarte aproape.”

Unele acțiuni au repercursiuni minore, altele au rezultate mai semnificative. Uneori, consecințele unei acțiuni pot avea o asemenea amploare încât ele nu pot fi îndurate într-o singură viață. Atunci trebuie să ne mai naștem odată pentru a suporta până la capăt urmările acelor acțiuni. De exemplu, cineva aruncă intenționat acid în ochii altcuiva, producându-i orbirea. Cel care a aruncat acidul poate fi sigur că se va naște din nou pentru a suporta urmările faptei sale. Întrucât acțiunea sa a fost intenționat

destructivă, rezultatul inevitabil va fi o anume experiență nefericită, poate chiar faptul de a se naște orb. Aceasta reprezintă dreptate riguroasă, rezultat direct a ceea ce a înfăptuit individul.

Nimeni nu poate scăpa de urmările propriilor fapte, chiar dacă ele au fost săvârșite în ascuns. Consecințele tuturor acțiunilor trebuie suportate de făptuitor la un moment dat. Dacă ne-am născut în anumite condiții specifice, aceasta nu s-a petrecut dintr-un capriciu al soartei sau dintr-o determinare aleatorie. Este rezultatul direct a ceea ce am făptuit în trecut. În mod asemănător, orice ar fi să devenim în viitor, va fi rezultatul nemijlocit a ceea ce făptuim acum.

S-au scris numeroase cărți despre viața de după moarte și despre reîncarnare. Mulți sunt la curent cu studiile medicilor și ale psihiatrilor care au întreprins cercetări asupra unor oameni care au fost în moarte clinică și apoi s-au întors și și-au relatat experiențele. Unii psihiatri care au utilizat tratamentul prin hipnoză au descoperit că, cerându-le pacienților să se întoarcă în timp la perioada când se aflau în pânțele mamei, aceștia au mers chiar mai departe, întorcându-se într-o viață trecută. Există numeroase relatări ale unor oameni din întreaga lume care își amintesc vieți trecute, sau posedă de la o vârstă fragedă capacități sau abilități deosebite care, în mod normal, ar fi necesitat o viață întreagă pentru a fi deprinse. Aceste exemple indică existența unor reminiscențe din viețile anterioare.

Așa cum s-a amintit în capitolul precedent, atunci când o persoană moare, sufletului acesteia îi pot fi rezervate diferite experiențe. Renașterea pe pământ este numai una dintre ele. Reîntruparea înseamnă că sufletul a trebuit să se reîntoarcă în acest plan de conștiință pentru a da seama de faptele săvârșite în trecut.

Scopul acestei cărți nu este să demonstreze dacă reîntruparea sau viața de după moarte există sau nu. Cititorul poate face cercetări pe cont propriu, întrucât există o multitudine de

informații despre acest subiect. Întocmai ca și în privința celorlalte subiecte de care se preocupă învățăturile sfinților, nici acesta nu necesită credință oarbă. Trebuie să întreprindem o cercetare temeinică asupra fiecărui aspect al învățăturilor, iar subiectul reîntrupării nu face excepție. Dar cititorul nu trebuie să-și facă griji în privința lui. Nu ești obligat să crezi în reîntrupare sau viață după moarte pentru a beneficia de învățăturile sfinților. Teoretic am putea admite că această ipoteză poate fi adevărată, dar singura modalitate de a fi siguri vreodată este să depășim limitările sinelui nostru fizic și să verificăm dacă afirmațiile sunt adevărate sau false.



PREGĂTINDU-NE PENTRU MOARTE

Deplângem moartea altora, dar arareori reflectăm în mod pragmatic la propria noastră moarte. De fapt, înțelept ar fi să ne preocupe propriul nostru sfârșit și să ne pregătim pentru ceea ce se va întâmpla atunci cu noi. Unde ne vom duce după ce vom păși pragul morții? Pe cine vom întâlni acolo? Nu ar fi oare prevăzător să ne punem aceste întrebări? Cărțile religioase vorbesc despre aceste lucruri, dar arareori le acordăm atenție, întrucât avem convingerea că ele sunt fie închipuiri, fie povești, fie încercări de a-i îndepărta pe oameni de păcat și de a-i îndemna să facă fapte bune. Cert este că noi toți avem de trecut pragul morții. Nimeni nu face excepție. Prin urmare, de ce ne întoarcem privirile de la acest subiect?

Cu siguranță, nu clipa morții este timpul cel mai potrivit pentru a începe să ne pregătim pentru moarte. Este mai lesne să o facem având timpul de partea noastră sau, așa cum spune misticul chinez Lao Tse în Tao Te Ching: „Vino de hac piedicii atunci când ea este ușoară, înfruntă ceea ce este mare atunci când este mic. Toate lucrurile grele încep cu ceva ușor, toate lucrurile mari din lume încep cu ceva mărunț. Călătoria de o mie de mile începe cu un prim pas.”

Acest prim pas, ne sfătuiesc misticii, este acela de a deveni conștienți de atașamentele noastre. Atașamentele noastre sunt cele care ne fac să suferim și, ni se spune, ele ne pot readuce în

această lume. Parafrazând o zicere din Biblie: Acolo unde îți este comoara, acolo îți va fi și inima. Comoara noastră reprezintă lucrurile de care ne pasă cel mai mult. Dacă în momentul morții suntem puternic atașați de oameni sau de lucruri lumești, nu vom fi în stare să ne ridicăm mai presus de aceste atașamente. Asemenea unui magnet, ele ne vor târî înapoi în această lume: mintea este cea care impune orientarea sufletului nostru.

Există o înțelegere cu totul greșită cu privire la atașament și la detașare. Detașarea nu are înțeles de renunțare. Cel care renunță la avere poate continua să se gândească toată ziua la bani, iar cel care renunță la sex poate avea ziua întreagă gânduri pătimășe. Detașarea înseamnă a te ridica mai presus de obsesie și de dorința de a avea sau de a stăpâni o persoană sau un lucru. A deveni detașat nu înseamnă în niciun caz a înceta să iubești. Atunci când doi oameni sunt împreună un timp, este normal ca între ei să apară o legătură. Atașament înseamnă a fi preocupat de cineva sau de ceva în asemenea măsură încât să-ți pierzi liniștea și echilibrul la gândul de a pierde acea persoană sau acel obiect. Aici se include și cea mai răspândită obsesie – obsesia lui EU și AL MEU. Atunci când murim, aceste atașamente ne apar și ne captează complet atenția, îngreunându-ne foarte mult plecarea în lumea de dincolo.

Cei mai mulți vor fi de acord că este ceva firesc să facem pregătiri dacă intenționăm să călătorim într-o altă țară. Cel puțin, ne gândim și stabilim care vor fi mijloacele de transport și locurile unde vom sta. În aceste chestiuni lumești suntem atât de grijulii încât arareori întreprindem o călătorie importantă fără a face în prealabil tot felul de planuri. Dar în perspectiva călătoriei unice pe care o are de făcut fiecare dintre noi, puțini oameni întreprind ceva. Cine se întreabă măcar unde duce de fapt acea călătorie prin moarte, sau cum se poate pregăti cineva pentru a o face mai ușoară?

De-alungul secolelor, filozofii nu au cruțat niciun efort pentru a dezlega taina morții. Dar adevărul este că intelectul eșuează. Învățații și ignoranții deopotrivă sunt neputincioși în a

afla răspunsul. Câți nu vor fi avut același gând: ce bine ar fi dacă cineva s-ar întoarce să-și povestească experiențele trăite! Facem presupuneri privitoare la ce înseamnă moartea, dar părerile noastre sunt doar plăsmuiri ale imaginației – vise care să ne aducă mângâiere în această unică și sumbră certitudine de la capătul vieții fiecăruia.

Sfinții sau învățătorii spirituali adevărați au dezlegat taina morții. Prin lucrarea pe care o săvârșesc asupra lor și prin controlul pe care îl au asupra propriei lor conștiințe, ei pot părăsi în fiecare zi corpul omenesc și pot călători în alte tărâmurile existenței. Învățând de la ei, putem dobândi și noi mijloacele de a triumfa asupra morții.

Ei ne învață că nu trebuie să ne fie frică de moarte. Ea este doar denumirea dată fenomenului prin care sufletul părăsește corpul. Moartea înseamnă doar retragerea sufletului de la simțurile grosiere și pătrunderea lui în regiuni mai subtile. Înseamnă doar abandonarea actualului veșmânt, și anume, corpul. Nu înseamnă dispariție. *Există* viață după moarte.

Sfinții au vorbit pe larg despre aceasta. Ei au descris metoda trecerii de la un nivel al existenței la altul. Folosind metoda lor de meditație, un discipol poate învăța să treacă pragul morții și să se reîntoarcă în corp la dorință. Numai cel al cărui suflet a călătorit prin tărâmurile mai subtile înainte de moarte poate înțelege această realitate. Numai trăirea personală îi poate arăta cuiva ce înseamnă ea. Intelectul este neputincios să o cuprindă.

Acest subiect va fi tratat mai pe larg în capitolul despre meditație. Pentru moment, trebuie să-l lăsăm deoparte pentru a ne putea concentra asupra acțiunii urgente pe care trebuie să o îndeplinim înainte de orice. Dacă ne aflăm într-o casă în flăcări, vom fi sfătuiți să ne gândim în primul rând la calea cea mai rapidă de a ieși afară, înainte de a pune întrebări precum cine a dat foc, de ce și când s-a aprins focul. Răspunsul la aceste întrebări poate fi aflat abia după ce am scăpat de foc.



SĂ NE DEZVOLTĂM NATURA SPIRITUALĂ

Atâta vreme cât prioritățile noastre se vor concentra asupra aspectelor materiale ale vieții, vom rămâne frustrați și nemulțumiți înlăuntrul nostru. Echilibrul real și bucuria permanentă vor fi atinse numai atunci când ne vom stabili prioritățile ținând seama de natura noastră spirituală și apoi vom acționa în conformitate cu aceste priorități. Chiar și acest prim pas este totuși dificil, pentru că prioritățile noastre se bazează pe o percepție eronată a ceea ce suntem noi de fapt.

Noi credem că suntem corpul. Ne identificăm cu natura noastră fizică pentru că este partea cea mai ușor de perceput din noi. Dar să ne gândim doar o clipă: dacă ne aflăm în corp, înseamnă aceasta că noi suntem corpul? Corpul acesta este într-o permanentă schimbare. Ce avem noi în comun cu copilul de acum 10, 15, 25, 40 sau 60 de ani? Nu prea multe. Nu ne-a mai rămas de atunci nici măcar o singură moleculă. Suntem fixați totuși pe ideea că noi suntem acest corp, pentru că în decursul întregii zile nu ne dezlipim atenția de la priveliștile și sunetele lumii materiale. Cert este că, deși ne aflăm în corp, noi nu suntem corpul; și, cu toate că îndeplinim în lumea aceasta unele roluri, noi nu suntem aceste roluri.

Dacă presupunem că suntem doar ființe materiale, ne vom organiza viața, țelurile și prioritățile în conformitate cu această

percepție. Prioritățile noastre se vor axa în cea mai mare parte asupra modului de a dobândi bani, statut social, securitate materială, frumusețe fizică, sănătate și o mulțime de alte asemenea lucruri. Aceste priorități apar din cauza capacității noastre limitate de a ști cine suntem, îngrădindu-ne dezvoltarea pe toate planurile. Toate limitările omului provin dintr-o mare slăbiciune omenească, aceea a ego-ului. Ego-ul își are rădăcini în ideea că noi suntem personalitatea noastră exterioară, o ființă fizică, centrul a toate. Ego-ul este focalizarea asupra propriei persoane, obsesia lui „eu, mie, al meu”. Ego-ul este cel care dorește mereu să controleze. Ego-ul este cel care vrea întotdeauna să posed. Atâta vreme cât ne identificăm cu ego-ul, suferința și limitările noastre vor continua.

Misticii ne spun că suntem ființe spirituale care parcurg o existență omenească și nu ființe omenești care au o experiență spirituală. Diferența are implicații considerabile, iar înțelegerea ei ne ajută să ne reconsiderăm părerea cu privire la cine suntem noi. Suntem ființe spirituale aflate pe calea veșniciei, care au de îndeplinit îndatoriri în planul fizic. Nu suntem doar locuitori ai planetei Pământ, care încetează să existe odată cu moartea. Dacă ne dăm seama că suntem ființe spirituale, atunci ne vom fixa țelurile în consecință, iar prioritățile noastre se vor armoniza de la sine cu acestea.

Ego-ul este singura barieră care ne separă de natura noastră spirituală. Pentru a ne dezvolta spiritual trebuie să învățăm să ne înlăturăm ego-ul. Aceasta nu se obține cu ușurință. Avem de înlăturat atâtea straturi de lăcomie, de dorință, frică, furie, egoism și ignoranță – cărămizi din trainicul zid al ego-ului nostru – înainte de a putea ști cine suntem. Ego-ul este handicapul nostru major. Este bagajul fictiv pe care l-am acumulat în călătoriile noastre, iar renunțând pur și simplu la el, putem descoperi ființa spirituală ce suntem.

Cineva care admira odată sculpturile lui Michelangelo i s-a adresat astfel: „Cum de ați putut realiza asemenea sculpturi minunate?” Michelangelo a răspuns: „Nu este greu. Eu doar înlătur ceea ce prisosește. Formele existau deja aici.” La fel și în spiritualitate, dacă ne debarasăm de straturile apăsătoare și grosiere care ascund adevărata noastră natură, vom deveni mai subtili, mai luminoși și mai liberi. Nu avem nevoie să dobândim nicio însușire nouă. Le avem dintotdeauna. Trebuie doar să îndepărtăm crustele și să îngăduim naturii noastre spirituale să iasă singură la suprafață.

Pentru cei care reușesc să învingă dominația minții, dimensiunea spirituală devine singura lor realitate, chiar în timp ce trăiesc în planul acesta pământesc. Câtă vreme suntem absorbiți de panorama lumii, nu putem depăși stresul și neliniștea, atât de caracteristice lumii noastre moderne. Câtă vreme îngăduim simțurilor să ne conducă, vom continua să ne depărtăm de adevărata comoară care există în interior. Cât timp vom continua să vânam fericirea în lumea exterioară, vom fi în continuare dezamăgiți. Evoluția spirituală ne re-direcționează spre interior. Lărgirea orizontului conștiinței se va produce numai atunci când aceasta este îndreptată către interior și către în sus. Tendința obișnuită a minții este spre exterior și către în jos. Dacă nu îi modificăm orientarea, înclinația ei firească va continua să ne tragă în jos, în lumea exterioară.

Sfinții atrag atenția asupra celor două extreme ale comportamentului omenesc, cea spirituală și cea materială, pentru a ne ajuta să alegem direcția către care vrem să ne îndreptăm. Sarcina de a ne prefigura viitorul și de a opta pentru ce vrem să fim ne aparține nouă. Dacă vrem să dobândim mulțumire și bucurie permanente, sfinții ne sfătuiesc să ne îndreptăm atenția către interior și să experimentăm bucuria interioară. Dacă dorim bucuria superficială care este sortită a sfârși în confuzie și în

suprema suferință a permanentei schimbări, atunci ne putem focaliza energiile asupra lumii din jurul nostru și putem îngădui simțurilor să ne conducă. Sfinții spun lucrurilor pe nume; ei nu-și precupețesc cuvintele pentru a descrie implicațiile alegerii pe care o facem.

Fascinați de lume

Pe de o parte, spun sfinții, există cei mistuiți în focul dorințelor și al poftelor. Ei sunt victime neliniștite și nemulțumite ale iluziei, căutând fericirea în ceea ce este vremelnice. Atașamentul și aver-siunea, dorința și mânia îi consumă pe dinăuntru și le umbresc natura spirituală. Mulțumirea și nemulțumirea propriului lor sine îi mențin într-o permanentă pendulare între ceea ce iubesc și ceea ce urăsc. Ei sunt purtați dintr-o extremă în alta sub imboldul orgoliului, al urii, sexului și lăcomiei. Inimile le sunt pustii și sunt în permanență dezamăgiți. Asemenea cerșetorilor aleargă de la o ușă la alta, dar foamea nu le este niciodată potolită. Nimic nu pare să-i trezească la realitate, nici chiar moartea celor din jur. Ei văd numai paravanul, învelișul exterior, corpul; iar întrucât acesta sfârșește într-un pumn de țărană, viețile lor par a fi lipsite de sens și superficiale. În ceea ce îi privește, natura lor spirituală nu există. Ideea de a o dezvolta nici nu le trece prin minte, deși acesta este unicul lucru care le-ar face viața mai bună, căci ei și-au înăbușit cu desăvârșire cel mai pozitiv aspect al naturii lor sub o multitudine de poveri grele, făurite de ei înșiși. Cine ar putea alina, întreabă sfinții, tainica suferință, neliniștea și chinul lor?

Fermecați de spirit

Pe de altă parte, sfinții spun că există oameni care, trăind în lume și îndeplinindu-și îndatoririle, rămân detașați. Fiind mereu conștienți de natura lor spirituală, ei rămân în permanență în contact cu ea. Ei trăiesc în mijlocul iluziei fără a fi amăgiți. Ei sunt profunzi și totuși duc o viață simplă. Nu disprețuiesc pe

nimeni. Nu gândesc rău despre nimeni, nici nu-și înșală semenii. Gândirea lor este clară și lucidă și sunt eficienți în tot ceea ce fac. Inima lor este deschisă tuturor. Ei nutresc iubire adevărată față de toate făpturile vii. Au realizat neprețuitul dar al formei omenești la întregul său potențial. Ei nu doar viețuiesc ci trăiesc o viață plină de sens, de împlinire și de bucurie. Ei au atins echilibrul desăvârșit între îndatoririle lor lumești și cele spirituale și s-au eliberat de tensiunea și suferința lumii. Aceștia sunt oamenii care au făcut din spiritualitate prioritatea lor absolută și, trăind învățăturile sfinților, și-au contopit conștiința cu puterea aflată la baza întregii vieți.



NECUPRINSUL INFINIT

Cel fără de nume a fost obârșia cerului și a pământului;
El este tainic și totuși natural,
existând înainte de cer și de pământ.
Neclintit și impenetrabil, infinit necuprins;
Prin sine însuși există și nu se schimbă niciodată;
Pătrunde pretutindeni și nu se sfârșește niciodată.
El este Mama universului,
din care s-au iscat toate lucrurile.
Nu știi cum să-l numesc. Așa că-i voi spune Tao”.

Din Tao Te Ching, cap. 1 și 25

Diferiții mistici au numit necuprinsul infinit Tao, Shabd, Cuvântul. Savanții îl numesc „energie creatoare” sau „energie vibratorie”. Asemenea mysticilor, savanții spun și ei că această energie vibratorie este prezentă pretutindeni, în fiecare particulă a universului fizic. Aceeași energie a furnizat forța pentru crearea universului, forța Big Bang-ului, pe care savanții îl situează la începutul creației. Guru Amar Das, cel de al treilea mare Învățător spiritual al sikh-ilor, spune în Adi Granth:

Prin Shabd a emanat întreaga creație,
de Shabd este nimicită
și prin Shabd este din nou creată.

Adi Granth, M.3, p.117

Știința spirituală și știința materială sunt în deplin acord că universul este creat și menținut de către o forță sau o energie atotputernică, vibratorie. Iisus spune:

La început a fost Cuvântul și Cuvântul
era la Dumnezeu și Dumnezeu era Cuvântul.
Acesta era într-un început la Dumnezeu.
Toate prin El s-au făcut;
și fără El nimic nu s-a făcut din ce s-a făcut.

Ioan 1:1-3

Nu este nicio coincidență în faptul că Iisus numește această energie vibratorie Cuvântul. Asemenea oricărui cuvânt, acest Cuvânt este o energie care are o frecvență de vibrație și emite un sunet. Dar, spre deosebire de un cuvânt obișnuit, Cuvântul are o putere de atracție intrinsecă. Cuvântul lui Dumnezeu la care se referă Iisus nu este un grup de simboluri care poate fi rostit în orice limbă, căci cum ar fi putut avea un astfel de cuvânt puterea de a crea universul? El nu este cuvântul scris al niciunei scripturi – fie ea Biblia sau oricare altă carte sfântă. Prin acest Cuvânt se înțelege puterea infinită din spatele tuturor puterilor, însăși viața și iubirea Ființei Supreme, o putere care emană neîncetat de la Dumnezeu. Este însăși forța vitală a creației și este prezentă în toate.

În cartea sa *Yoga și Biblia*, Joseph Leeming explică: „Acesta este Cuvântul la care s-au referit învățăturile sfinților în decursul tuturor secolelor de istorie consemnată. Cu multe mii de ani în urmă l-au împărtășit Adepții Faraonului și Preoții Inițiați care acordau inițieri în Misteriele Egiptului antic. Mai târziu, în vechea Grecie, el a fost transmis aspiranților merituoși de către Hierofanți sau revelatori ai cunoașterii sacre, cei care conduceau Misteriile orfice și eleusine. El a fost menționat în Vede – scripturile sfinte ale Indiei. În vechea Persie, puterea

și practicarea divinului Sunet interior au fost propovăduite de către Zarathustra. Cuvântul, numit în grecește Logos, le-a fost cunoscut celor mai mari filozofi greci din antichitate, cum ar fi Pitagora, Heraclit, Socrate și Platon. Socrate se referea la ascultarea unui tainic Sunet Interior care îl transporta în extaz în lumi mai înalte. În China antică el a fost cunoscut ca Tao și a fost împărtășit de filozoful Lao Tse.”

Iisus i-a învățat pe discipolii săi înțelesul Cuvântului și i-a inițiat în practicarea lui. Pentru explicații foarte competente ale învățăturilor lui Iisus despre Cuvânt, cititorul interesat poate studia cărțile lui Maharaj Charan Singh, *Light on Saint Matthew (Lumină asupra Evangheliei după Matei)* și *Light on Saint John (Lumină asupra Evangheliei după Ioan)*, precum și cartea lui John Davidson *The Gospel of Jesus, In Search of His Original Teachings (Evanghelia lui Iisus, în căutarea învățăturilor lui originale)*. După cum se poate vedea din aceste scrieri, puterea Cuvântului le era cunoscută părinților Bisericii creștine, esenienilor și gnosticilor, ca și cunoscutului filozof egiptean Plotin și celorlalți filozofi mistici neoplatonicieni din Alexandria secolului al doilea și al treilea. Puterea aceasta este, de asemenea, menționată în Coranul musulmanilor. După perioada lui Mahomed, mulți sfinți musulmani vestiți, cunoscuți ca Sufi, și-au inițiat discipolii în înțelesul și tainele Cuvântului – unul dintre ei fiind misticul Rumi.

Este limpede că învățătura Cuvântului nu este ceva nou. Marii mistici spun că, de fapt, ea a existat de la începuturi și, sub diferite denumiri, a fost transmisă de-a lungul timpului celor pregătiți să o primească. Brian Hines, în cartea sa *God's Whisper, Creation's Thunder: Echoes of Ultimate Reality in the New Physics (Șoapta lui Dumnezeu, Tunetul Creației: Ecouri ale Realității Absolute în Noua Fizică)*, ne spune: „Oricine dorește să parcurgă drumul către adevărul ultim, trebuie să încalece pe valul Spiritului care se prezintă ca vibrație sonoră – sunetul Realității Absolute. Sunetul acesta este auzit nu de urechile fizice, ci de

o facultate a sufletului. Misticul Maharaj Sawan Singh spune că ‘este auzit cu urechile sufletului. (...) Sunetul este, de fapt, Dumnezeu în acțiune. (...) El se proiectează pe Sine în toate și se bucură de acest joc. (...) Este muzica subtilă care răsună în interior. (...) Ceea ce auzim în interior este reverberația sa, prin ascultarea căreia mintea devine liniștită.’ Prin concentrare, energia conștiinței noastre este înălțată la un nivel la care ea poate fi atrasă de puterea Spiritului (Cuvântul). Atunci, sufletul încearcă o mare bucurie ascultând ceea ce a fost denumit Muzica Divină, sau *muzica sferelor*.¹

Sunetul interior

Hines continuă cu următoarele observații: „Vibrațiile sonore ale Spiritului au fost descrise de savanți spirituali aparținând multor religii, țări și epoci diferite. Cum putea fi altfel? Esența Realității Absolute va fi percepută de oricine știe cum să intre în contact cu ea. Desigur, misticii descriu în mod diferit muzica Spiritului, în funcție de cultura și mediul în care trăiesc. Richard Rolle își descrie experiența Duhului Sfânt în felul său:

Pacea aceasta simțită de către Spirit este foarte dulce. O muzică divină și mângâietoare coboară pentru a-l umple de bucurie. Mintea este vrăjită de această muzică sublimă și frească și cântă bucuria iubirii veșnice... (Am simțit) o pătrundere și o percepție a sunetului spiritual ceresc care vine de la imnul de veșnică slavă și încântare și de la dulceața unei melodii inaccesibilă auzului obișnuit. Aceste sunete nu pot fi cunoscute sau auzite de nimeni în afara celui care le primește, iar acesta trebuie să se păstreze pe sine curat și separat de lume. (...) Nimeni dintre cei care sunt înrobiți de lucrurile lumesti nu poate ști ceva despre el.(...)

¹ Brian Hines, *God's Whisper, Creation's Thunder: Echoes of Ultimate Reality in the New Physics*, p. 291. Citatele care urmează sunt luate din capitolul „Principiul 7: Spiritul apare ca vibrație spiritual` audibil””, din aceeași lucrare.

Iată cuvintele unui mistic sufit din secolul XX – Hazrat Inayat Khan – care a trăit cu aproximativ 600 de ani mai târziu și la distanță de jumătate de lume de misticul englez Rolle. Dar, în esență, mesajul lor este același:

Sunetul subtil este numit de sufiți saut-e-sarmad; întregul spațiu este plin de el.(...) Cel care cunoaște taina sunetului, cunoaște taina întregului univers.(...) sunetul abstract răsună în permanență înlăuntrul, în preajma și asupra omului. De obicei nu este auzit, deoarece conștiința omului este axată în întregime pe existența materială.(...) Cei care sunt capabili să audă saut-e-sarmad și să mediteze asupra lui sunt absolviți de toate grijile, neliniștile, supărările, temerile și bolile; iar sufletul este eliberat din robia simțurilor și a corpului fizic. Sufletul celui care ascultă devine conștiința atotpătrunzătoare...

Taoiștii chinezi ne învață că Tao, sau Spiritul, poate fi perceput ca sunet. Livia Kohn spune că ‘în cosmologia filozofiei mistice taoiste, Tao poate fi imaginat ca un sunet de o anumită lungime de undă care pătrunde și cuprinde tot ceea ce există. Sau, după cum consideră taoiștii înșiși, ca o însușire aparte a lui *qi* (energia cosmică), care constituie baza și suportul întregii existențe.’

Plotin, un mistic venit din Egipt care preda filozofia la Roma în secolul al III-lea, scria că ‘energia circulă prin univers și nu există capăt la care ea să se împuțineze’. Peter Gorman observă că ‘Plotin vorbește adesea de cosmos ca fiind o armonie, dar adevăratul locaș al muzicii zeilor este o lume distinctă aflată dincolo de cosmosul tri-dimensional. Descriind călătoria mistică în acea lume, Plotin îi cere cu tărie celui inițiat să aștepte până când va auzi sunetele muzicale care provin din lumea ideală’:

Dacă, de exemplu, cineva ar dori să audă un anumit sunet, ar ignora alte sunete și și-ar aținti auzul în clipa când se apropie acest ideal al senzațiilor sale auditive; tot la fel, pe pământ ar trebui să renunțăm la ascultarea sunetelor perceptibile dacă un este

strict necesar și să ne păstrăm facultatea fizică de percepție pură și pregătită să audă sunete din înalt.

S-ar putea da mult mai multe exemple care să ateste că numitorul comun al oricărei religii și discipline mistice profunde este comuniunea conștientă cu Cuvântul lui Dumnezeu sau Spirit. Experimentul meditației contemplative a fost repetat de multe ori, de-a lungul multor secole, în multe culturi, iar rezultatele prezentate de către cercetători serioși ai adevărului sunt întotdeauna aceleași. Atotpătruzătoarea energie conștientă a Spiritului, Tao, Saut-e-Sarmad, Duhul Sfânt – numele nu are însemnătate – este percepută ca o vibrație spirituală audibilă.”

Lumina interioară

„Și firește, ca lumină divină, lumina lui Dumnezeu nu este separată de sunetul Său. Maharaj Sawan Singh spune: ‘Cuvântul le emite pe amândouă, atât lumina cât și sunetul. La această extremitate, în planul fizic, lumina și sunetul se pierd în materia densă. În planurile mai subtile sunetul este auzit, iar lumina este vizibilă. La extremitatea superioară, Sunetul este cea mai subtilă muzică, neauzită urechilor omenești – iar Lumina este cea a milioane de sori și de lune într-o rază.’ Cu toate că puterea spiritului îmbină atât lumina cât și sunetul, misticii desăvârșiți subliniază adesea manifestarea audibilă a lui Dumnezeu-în-Acțiune. Cartea Facerii (1:3) ne spune: ‘Și a spus Dumnezeu, Să fie lumină: și lumină se făcu.’ Aceasta presupune că rostirea, glasul lui Dumnezeu, a precedat lumina Sa. Sunetul tinde de asemenea să fie prima însușire a Spiritului percepută de discipolii începători în meditația contemplativă.

Întotdeauna, atât sunetul cât și lumina îl întovărășesc pe discipolul spiritual în ascensiunea sa prin regiuni superioare de conștiință către realitatea lui Dumnezeu. Sunetul, spun misticii desăvârșiți, provine din lumină, iar lumina provine din sunet. În mod asemănător se comportă și electromagnetismul: după cum

afirmă (savanții) Hazen și Trefil, ‘Electricitatea și magnetismul sunt două aspecte inseparabile ale aceluiași fenomen: nu puteți obține una fără cealaltă.’ Spiritul apare de asemenea sub două aspecte pentru a călăuzi sufletul Acasă. Maharaj Charan Singh scrie: *‘Cuvântul îmbină atât lumina cât și sunetul. Sunetul este menit să arate direcția de unde vine, iar lumina ne permite să călătorim într-acolo.’*

(...) Maharaj Seth Shiv Dayal Singh vorbește despre existența a cinci sunete care corespund celor cinci regiuni ale creației: ‘Fiecare regiune își are Sunetul ei distinctiv și taina sa caracteristică. (...) Prin Sunetul fiecărei regiuni sufletul se poate înălța treptat, de la o regiune la alta, până la cel mai înalt stadiu.’ “

Se naște apoi întrebarea de ce nu putem auzi sau vedea Cuvântul, Spiritul? Hines vorbea într-un paragraf precedent: „Fizicianul Nick Herbert observă: ‘există o strânsă paralelă între simțul văzului și auzului, pentru că ambele presupun perceperea frecvențelor de o anumită vibrație.’ El spune că vederea fizică este ‘o percepere subiectivă a vibrațiilor electromagnetice cu lungimi de undă între 400 și 700 nanometri (miliardimi de metru), cunoscute altfel drept lumină (...), urechea este sensibilă la frecvențele sonore între 20 și 20.000 de vibrații pe secundă.’ Corpul omenesc este incapabil să simtă vibrații înafara acestor limite.

Spiritul este o vibrație non-materială a lui Dumnezeu-în-Acțiune, încât nu poate fi văzut sau auzit de ochii sau urechile fizice – oricât de sensibile ar fi aceste organe. În fapt, facultățile noastre de percepție a fenomenelor materiale ne împing conștiința în exterior și în jos, departe de punctul unde poate fi contactat Spiritul. Noi nu suntem conștienți de această capacitate a sufletului pentru că atenția noastră este împrăștiată și nu concentrată. Așa cum energia petrolului dintr-o cisternă ar avea o forță covârșitoare dacă ar fi focalizată asupra unui unic proton, la fel ar fi posibil pentru conștiința noastră să devină

una cu Spiritul, dacă ar putea fi focalizată într-un singur punct. Așa cum spunea Iisus: ‘de va fi ochiul tău singur, tot corpul tău va fi plin de lumină’ (Matei 6:22). Și de Sunet.

Maharaj Sawan Singh scrie: *‘Cuvântul răsună în fiecare atom. Nu-l auzim pentru că nu suntem în contact cu el înlăuntrul nostru.’* Ce ne împiedică să intrăm în contact cu această putere imanentă? Lipsa de concentrare. Cunoașterea desăvârșită, beatitudinea și iubirea se află în interiorul nostru și nu în exterior. Însă virtual atenția noastră este în totalitate împrăștiată în exterior, în senzații fizice, în gânduri, imagini, fantezii și emoții. Tărâmurile interioare rămân necunoscute – terra incognita. Chiar dacă reușim să închidem ochii și, pentru o clipă, să uităm lumea exterioară, ne rămâne conștiința corpului nostru. Și aceasta, de asemenea, ne ține legați de realitatea limitată.

Maharaj Charan Singh scrie: ‘Spiritul este prezent chiar și acum în corpul nostru. Sufletul este doar o rază a acelui Spirit, iar sufletul este răspândit în tot corpul... trebuie să readucem conștiința înapoi în ochiul al treilea spre a fi atrasă de acel Spirit, apoi el va ridica sufletul în sus. Spiritul este omniprezent, dar trebuie să aducem conștiința la nivelul de unde Spiritul poate atrage sufletul asemenea unui magnet.’

(...) Meditația contemplativă înalță sufletul până la un plan de conștiință unde se contopește cu atot-pătrunzătoarea energie conștientă a Spiritului. Aceasta are o oarecare asemănare cu lansarea unui vehicol spațial. Să considerăm sufletul drept vehiculul principal care trebuie înălțat în spațiu. Minte este racheta puternică în vârful căreia stă vehiculul. Corpul nostru este rampa de lansare și edificiul care suportă diferitele componente ale vehicolului spațial. Misiunea – țelul suprem, este plasarea vehicolului principal – sufletul – pe o ‘orbită’ înaltă.

(...) Rampa de lansare a corpului nostru joacă un rol important în pregătirea acestei misiuni. Oricum, mijloacele prin care luăm cunoștință despre meditație și despre celelalte metode de

cercetare ale științei spirituale sunt simțurile noastre fizice. Însă, așa cum edificiul care susține vehicolul spațial este îndepărtat în ultimele secunde dinaintea lansării, la fel și noi trebuie să devenim detașați de materialitate – inclusiv de corpul nostru – înainte ca transportul mistic în sfere mai înalte de conștiință să aibă loc. Forța necesară acestui transport provine inițial de la minte, care servește drept rachetă care să învingă atracția simțurilor fizice și a gândurilor legate de această lume.

(...) În meditația contemplativă savantul spiritual repetă cuvinte asociate cu planurile non-materiale ale existenței. Aceasta îndepărtează treptat mintea de domeniul cel mai de jos al creației, întocmai la fel cum motoarele rachetei purtătoare ale vehicolului îl ajută să se ridice deasupra rampei de lansare – la început abia mișcându-se, apoi din ce în ce mai rapid, până când dispare în nori. Vehicolul principal, sufletul, controlează racheta minții, dar fără forța ei, el nu s-ar putea înălța(...).

Apoi, după atingerea unei anumite altitudini, această rachetă se desprinde, iar vehicolul principal călătorește în continuare prin propria sa putere. În mod asemănător (într-o oarecare măsură), sufletul abandonează mintea (...) iar Spiritul devine forța motrice a transportului mistic. Puterea aceasta este audibilă sub forma Sunetului și este vizibilă ca lumină. Este dinamul divin care energizează fiecare parte a creației. Maharaj Charan Singh spune: '(...) Sunetul acesta nu doar ne conduce, ci cu adevărat ne poartă înapoi la Tatăl. Mai întâi îl urmăim; apoi, pe măsură ce realizăm progrese interioare, ne contopim cu el și ne înălțăm sau urcăm spre căminul nostru prin mijlocirea Sunetului, Cuvântul. Asemenea unui magnet, el ne atrage în permanență spre interior, pe drumul către casă.' ”



CEI CINCI PILONI AI SPIRITUALITĂȚII

Sfinții au un punct de vedere pozitiv și optimist în ceea ce ne privește. Cu toate că ei își dau seama de situația noastră dificilă, de starea noastră actuală, ei văd în mod real ceea ce am putea noi deveni. Ei știu că fiecare om poate deveni o ființă desăvârșită, luminoasă și fericită. Ei știu de asemenea că cei mai mulți dintre noi nu suntem conștienți de acest lucru, pentru că mințile noastre au fost întunecate de atașamente lumești și risipite în activități nepotrivite într-atât de mult încât nu am știut unde pot fi aflate adevărata pace și bucurie. Îndată ce ne dăm seama de marele nostru potențial, ne vom dedica în mod firesc dezvoltării a ceea ce există în noi în stare latentă. Ne vom asigura că înfăptuim acțiuni pozitive care favorizează evoluția spirituală și vom evita acțiunile negative, distructive, care o dezavantajează.

Pentru a ne ajuta să evităm nenumăratele capcane ce se interpun între noi și țelul nostru, sfinții ne povățuiesc să ne concentrăm eforturile asupra a cinci puncte principale:

1. Să urmărim îndrumările unui învățător adevărat contemporan cu noi;
2. Să renunțăm la a ne hrăni cu carne, păsări, pește și ouă;
3. Să ducem o viață cinstită, morală;

4. Să ne înfrânăm de la folosirea drogurilor, alcoolului și tutunului;
5. Să practicăm meditația două ore și jumătate zilnic.

Aceștia sunt cei cinci piloni pe care se va sprijini și care vor întări natura noastră spirituală. Acestea sunt activitățile care ne vor apăra și ne vor dezvolta sinele. Fără ele, ne-am da seama mai greu dacă deviem de la cale. Asemenea șinelor de cale ferată sau a marcajelor pe o autostradă, ele ne ajută să ne menținem direcția spirituală și să rămânem pe drumul cel bun. Ele dau o direcție vieții noastre. Când nu le respectăm, putem fi siguri că ne depărtăm de țel. Aceste cinci principii asigură o excelentă îndrumare practică pentru protejarea, sporirea și intensificarea evoluției noastre spirituale.

NECESITATEA UNUI ÎNVĂȚĂTOR SPIRITUAL VIU

Chiar din primul moment în care au existat oameni pe acest pământ, au existat și învățători spirituali, sfinți sau mistici care să ne arate adevăratul scop al vieții. Așa cum s-a spus mai înainte, termenii sfânt, învățător spiritual sau mistic, folosiți în această carte, se referă la cel care și-a stăpânit mintea, și-a înălțat conștiința până la cele mai înalte regiuni spirituale, a văzut realitatea lui Dumnezeu față în față și s-a contopit cu acea realitate.

Principiul primordial și fundamental al învățăturilor sfinților este acela că, pentru a atinge realizarea lui Dumnezeu, avem nevoie de îndrumarea unui învățător spiritual contemporan cu noi. Pentru un lucru atât de simplu cum este acela de a învăța să conducem automobilul avem nevoie de un instructor. Dacă dorim să pilotăm un avion nu o putem face doar citind cărți și manuale. Dacă atunci când învățăm să pilotăm nu avem cu noi un instructor, ne vom prăbuși. Cu cât mai necesar ne este un învățător viu care să ne învețe cum să trecem nevătămați prin realitatea dură a vieții cotidiene, cum să facem față complexității lumii fără a ne pierde echilibrul, cum să pătrundem în planurile mai subtile ale existenței și să le străbatem – acele regiuni interioare pe care le are de traversat sufletul odată ce părăsește planul material.

Spiritualitatea este un domeniu extrem de complex și complicat. Pentru a călători în regiunile interioare este necesar să avem o călăuză care cunoaște aceste regiuni și care le-a străbătut ea însăși. Atât timp cât nu suntem în legătură cu cineva care este deplin familiarizat cu fiecare detaliu al regiunilor interioare pentru a putea beneficia și noi de experiența sa, ne vom da seama că este extrem de dificil să facem vreun pas în acea direcție.

Nimeni în această lume – oricât de inteligent, plin de iubire și credincios ar fi – nu ne poate ajuta să ajungem în acele regiuni interioare decât dacă le-a străbătut el însuși. Așa cum avem nevoie de un ghid pentru a călători într-un loc necunoscut și periculos din lumea exterioară, și în planurile interioare avem nevoie de un ghid. Dacă nu a ajuns în acele planuri subtile și nu le-a traversat, cum am putea avea încredere că acea persoană ne-ar putea măcar întâlni de cealaltă parte a pragului morții? De asemenea, cineva care nu a experimentat el însuși realizarea lui Dumnezeu, cum ne-ar putea purta înapoi la Dumnezeu?

De fapt avem nevoie de un învățător din momentul în care ne-am născut. Acasă, la școală sau în viață, cel mai bine învățăm de la alții. Este îndoielnic să existe în lume vreo meserie sau profesie care să poată fi înșușită fără profesor. Cum ne-am putea închipui că cel mai dificil dintre domenii, știința spirituală, poate fi înșușită fără profesor? Exigențele ei sunt mult mai mari iar necesitatea unui profesor mult mai imperioasă decât pentru orice alt domeniu pe care ni l-am putea imagina. Îndrumătorul nostru trebuie să ne călăuzească nu numai prin viață, el trebuie să fie împreună cu noi și să ne călăuzească și dincolo de moarte.

Odată acceptată ideea că întotdeauna vom învăța mult mai bine de la o altă ființă omenească și că spiritualitatea este tot o știință și nu o credință oarbă, vom începe să prețuim și să acceptăm necesitatea unui învățător spiritual. Marii mistici sau sfinți vin pe pământ chiar în vederea împlinirii acestei misiuni. Ei vin nu pentru a face din această lume materială un loc mai

bun, ci pentru a ne revela calea realizării spirituale, pentru a ne elibera de robia fără sfârșit a nașterii și morții. Această idee poate fi ilustrată prin următoarea parabolă:

Să ne închipuim că într-o închisoare se află mai mulți deținuți. O persoană caritabilă care vizitează închisoarea constată că în tot timpul verii aceștia nu au apă rece și atunci face demersuri să li se aducă zilnic gheață. Un alt vizitator constată că ei primesc o hrană fadă, fără gust, se asigură că li se vor da pe viitor mâncăruri gustoase. Un al treilea, milostivindu-se și el de cei închiși, le asigură haine călduroase pentru iarnă. Toți acești oameni de bine reușesc să le ușureze într-o oarecare măsură suferințele detenției, dar ei rămân mai departe închiși. Sunt în continuare în temniță! Ziduri înalte îi despart în continuare de lumea exterioară, iar dorința de libertate rămâne un vis irealizabil.

Vine atunci un alt vizitator: acesta are cheia porții închisorii. El descuie poarta și îi eliberează pe deținuți, care sunt liberi să se întoarcă acasă. Fără îndoială, acțiunea celui din urmă răspunde adevăratei nevoi a deținuților într-un fel în care faptele caritabile ale celorlalți nu au putut-o face.

În mod asemănător, lumea aceasta este înfățișată adesea de mistici ca fiind o uriașă temniță. Există o singură ieșire din această temniță – viața omenească – iar taina ei le este cunoscută numai sfinților. Prin urmare, un sfânt este singurul care are cheia și care poate deschide poarta. Numai un sfânt ne poate călăuzi pe drumul tănuț al izbăvirii care este calea interioară și poate să ne elibereze de suferință, într-un mod în care nu o poate face nimeni altcineva.

Sfinții din trecut au fost fără îndoială învățători spirituali adevărați, dar acum noi nu putem beneficia de ajutorul lor. Avem nevoie de un învățător spiritual care trăiește acum. După cum un bolnav trebuie să consulte un medic în viață și nu poate fi tratat de unul din trecut – oricât de renumit ar fi fost – și noi avem nevoie de un învățător spiritual viu. Numai un învățător

spiritual care trăiește printre noi ne poate ajuta să descălcăm complexitatea vieții care ne prinde în mrejele ei zi cu zi.

Un învățător spiritual contemporan cu noi este esențial pentru a ne dezvălui realitatea interioară a spiritului. Dacă am fi putut ajunge la realizarea lui Dumnezeu fără un învățător viu, atunci niciodată sfinții din trecut nu ar fi fost necesar să vină pe pământ în formă omenească. Dacă sfinții din trecut ne-ar putea ajuta astăzi fără să fie prezenți printre noi, ce nevoie ar fi fost ca ei să fi venit vreodată pe pământ? Dacă Dumnezeu ar putea înălța sufletele până la acel stadiu spiritual superior fără mijlocirea unei întrupări omenești vii cu însușirile Lui, ce nevoie ar fi fost să apară vreodată în lume un învățător spiritual? Pe scurt, dacă la un moment anumit din istorie a fost necesar să apară un învățător spiritual în formă omenească, atunci astăzi există cu siguranță o nevoie la fel de mare. Cert este faptul că pentru calea spirituală un învățător spiritual care trăiește în zilele noastre este o necesitate absolută. Și Iisus a spus, la timpul său: „Atât cât sunt în lume, Lumină a lumii sunt.” (Ioan 9:5) Sfinții și misticii din toate locurile și epocile au insistat asupra necesității unei călăuze vii pentru călătoria interioară.

Calea învățătorului spiritual

Ideea pe care o avem despre tăramurile înalte rămâne doar un concept mental câtă vreme nu le-am experimentat noi înșine. Este doar o proiecție a minții, o plăsmuire a imaginației. Dar un învățător spiritual adevărat sau un sfânt nu se bazează pe concepte mentale, proiecții ale minții sau pe cele citite în cărți. Un învățător spiritual adevărat vorbește din propria sa experiență. Întrucât sfinții s-au contopit în cea mai înaltă stare de beatitudine și comuniune cu Dumnezeu, ei împărtășesc celorlalți ceea ce au experimentat ei înșiși.

Misticii adevărați nu ne sfătuiesc vreodată să ne schimbăm religia. Ei vin să unească, nu să dezbine. Soarele are raze multe

și ne-ar putea părea diferite una de alta, dar când privim la sursa lor vedem că ele sunt esențialmente, una și aceeași. Ne putem referi la Dumnezeu numindu-L Iehova, Isus, Allah, Krishna, energia cosmică sau cu oricare alt nume, dar în realitate, ceea ce dorim cu toții este să intrăm în contact cu același unic Adevăr. Spiritualitatea adevărată nu are nicio legătură cu riturile și ritualurile religiilor noastre; funcția ei principală este să ne facă să explorăm iubirea care se află în fiecare din noi, indiferent în ce fel o exprimăm. În interiorul nostru nu există limitări. Dorim să redescoperim moștenirea noastră înnăscută – acea comoară care se află în interiorul nostru – iar adevărații învățători spirituali vin să ne învețe tocmai modul în care să facem acest lucru. Ei înșiși s-au contopit din nou cu obârșia lor, căminul lor original. Pentru a realiza aceasta ei își părăsesc corpul la dorință, parcurg cele mai înalte regiuni spirituale și se întorc la dorință pentru a-și îndruma mai departe discipolii și a-i învăța să facă același lucru.

Adevărații învățători spirituali nu vin să schimbe lumea. În învățăturile lor, ei arată că lumea aceasta nu este menită a fi un paradis. Dacă s-ar fi intenționat aceasta, marii mistici și sfinți din trecut ar fi făcut-o până acum.

Dar sfinții ne învață cum să ne focalizăm conștiința și să o contopim cu muzica încântătoare a spiritului lui Dumnezeu. Odată ce suntem în contact cu muzica interioară, mintea se înalță împreună cu ea până la propria ei obârșie și își regăsește căminul pierdut. Sufletul, care a fost paralizat în labirintul minții, își descoperă identitatea distinctă și biruitor, se contopește și el cu propria sa obârșie.

Semnele unui învățător spiritual adevărat

Un învățător spiritual adevărat nu cere vreo plată și nu acceptă nimic în schimbul învățăturilor sale. Învățăturile sfinților sunt gratuite, asemenea tuturor celorlalte daruri ale naturii cum sunt aerul, apa și lumina soarelui. Învățătorul nu cerșește niciodată și

nu este povară pentru nimeni, întreținându-se întotdeauna pe sine și familia sa câștigându-și propriile mijloace de trai. În aceste vremuri și în această eră este foarte greu de găsit un adevărat învățător spiritual interesat exclusiv de ajutorarea oamenilor și nu de banii lor. Un învățător spiritual adevărat nu este niciodată ostil celor care nu-i împărtășesc convingerile, nici nu se plânge de atitudinea altora. Nu critică și nu bârfește pe nimeni. Este modest, discret și își păstrează ascunse puterile. El nu săvârșește miracole asemenea unui magician pentru mulțumirea auditoriului. Scopul său principal este acela de a-și învăța discipolii cum să mediteze asupra Cuvântului sau Shabd pentru a atinge realizarea lui Dumnezeu și cum să-și trăiască viața cotidiană pentru a întări această lucrare spirituală.

Avantajele de a avea un învățător spiritual contemporan

Numai un sfânt cunoaște totul despre moarte. În clipa morții, atunci când familia, averea, bunurile și corpul ne părăsesc, singurul care rămâne împreună cu discipolul este învățătorul său spiritual. El, maestrul-învățător desăvârșit, este cu noi atunci când trecem pragul morții. După moarte, el este cel care acționează ca o călăuză pentru noi în regiunile spirituale.

Cu cât progresăm mai departe în studiul misticismului, cu atât mai evident devine faptul că nu putem face nimic fără un învățător spiritual în viață. Învățătorul nostru, prietenul, călăuza, exemplul viu al idealului nostru, devine pilonul central și susținătorul evoluției noastre spirituale.

Nenumărate sunt beneficiile pe care le obținem primind îndrumare și sfaturi din partea unui învățător care trăiește în zilele noastre. El ne dă puțința de a deveni oameni mai buni – mai iubitori, mai eficienți, mai atenți cu cei din jur – și să ne îndeplinim mai bine atribuțiile de zi cu zi. El ne ajută să ne înălțăm conștiința deasupra nivelului minții și materiei. Urmându-i îndrumările suntem transformați, deoarece venim în contact cu

puterea lui Dumnezeu în interiorul nostru. Magia acestei puteri este cea care ne eliberează de toate limitările noastre.

Așa cum un bijutier poate lua o piatră prețioasă brută și, prin șlefuire și îndepărtare a tot ceea ce este de prisos, o poate transforma într-un briliant, și învățătorul spiritual îl face pe discipol conștient atât de propria sa zgură cât și de spiritualitatea lui înăscută. Atunci când venim în contact cu un învățător spiritual adevărat contemporan cu noi, ne descoperim propria esență prețioasă și învățăm în ce fel să o dezvoltăm și să o revelăm deplin.

DE CE VEGETARIANISM?

În fiecare an mii de hectare de pădure sunt transformate în pășune. Copaci mari, puternici și frumoși sunt doborâți pentru a planta nutreț pentru animale. Aceasta se petrece la o scară atât de mare încât afectează deja clima planetei. Mai mult, chiar și în zone cu apă puțină, industria cărnii consumă multe mii de metri cubi de apă pentru creșterea păsărilor și a vitelor. De asemenea, pentru a face față cererilor pieții, industria peștelui afectează dramatic echilibrul ecosistemului oceanelor. Mor anual mii de delfini în plasele folosite pentru ton. Au dispărut deja un număr necunoscut de specii acvatice și altele sunt în curs de dispariție. Ecologic și social, prețul plătit este foarte mare. Să ne hrănim cu vite, pești, păsări și ouă este greșit din punct de vedere moral, nu are niciun beneficiu pentru sănătate și este și mult mai costisitor. Ne putem asigura necesarul de proteine prin hrana de origine vegetală mult mai simplu și mai economic, fără a afecta atât de mult animalele, pădurile, pe noi înșine și planeta.

Toxinele și organismele patogene din carnea animalelor transmit oamenilor diferite boli. Concentrația de acid uric din hrana animală împovărează corpul cu substanțe foarte greu de eliminat și este cauza multor probleme de sănătate. Examinându-ne îndeaproape corpul vom constata că, din punct de vedere genetic, nu am fost proiectați să mâncăm carne. Dinții și unghiile noastre nu se aseamănă cu cele ale animalelor carnivore, iar intestinalele noastre, spre deosebire de cele ale animalelor carnivore,

sunt lungi, ceea ce face ca eliminarea toxinelor animale să fie periculos de lentă.

Luați în considerare soarta milioanelor de vaci, porci, oi, pești și găini măcelărite anual pentru noi, spre a fi gătite și mâncate! Le ucidem fără să gândim – fără îndurare – sau, în cel mai bun caz, le măcelăresc alții pentru noi. Cât de senini suntem și ce puțin ne privește suferința lor! Vom recunoaște vreodată aceste realități? Este lipsit de sens să fie provocat atâta chin, să fie create atâtea probleme economice, ecologice și sociale pentru a ne satisface simțul gustului timp de câteva minute. Ceea ce nu înțelegem este că atunci când ne întemeiem bucuria pe suferința altor făpturi, atragem asupra noastră urmări negative și nedorite.

Unii pot fi vegetarieni de dragul sănătății lor, sau din rațiuni sociale, umane, economice, etice sau ecologice, dar considerentul pentru care sfinții ne sfătuiesc să ne abținem cu desăvârșire de la a mânca orice fel de carne, este unul spiritual. El se bazează pe legea karmei sau a contrabalansării, care ar putea fi rezumată la zicerea biblică: „Ceea ce semeni, aceea culegi”. Povara acțiunilor distructive săvârșite în trecut este oricum grea și apăsătoare; trebuie să încetăm să sporim această povară cu care ne-am încărcat fără a ne da seama. Dacă semănăm suferință, într-o zi va trebui să culegem suferință. Dacă ucidem pentru hrană sau îi plătim pe alții să o facă pentru noi, suntem răspunzători pentru fiecare dram de suferință pe care îl provocăm – atragem asupra noastră suferința în măsură egală suferinței pe care o producem. Într-o zi vom avea de suportat consecințele acțiunilor noastre, chiar dacă aceasta va însemna să ne întoarcem în creație într-o altă viață. Această lege a contrabalansării, exact ca și legea lui Newton în fizică, este precisă, implacabilă și imuabilă.

Este foarte greu să părăsim acest plan de conștiință dacă suntem răspunzători, direct sau indirect, de uciderea animalelor. Datoria este pur și simplu prea mare și va trebui achitată. Acesta este considerentul pentru care învățătorii spirituali adevărați ne

sfătuiesc să încetăm să ne hrănim cu sângele și suferința altor ființe. Ei vor să nu mai sporim greutatea și așa destul de mare a poverii noastre karmice.

Un ac este atras în mod firesc de un magnet, dar dacă așezăm pe ac o greutate mare, el nu mai poate fi atras de magnet. În mod similar, dacă ne încărcăm în continuare cu poveri grele care ne mențin la nivelele inferioare ale creației, ne va fi imposibil să facem progres spiritual.

SĂ DUCEM O VIAȚĂ SIMPLĂ, MORALĂ

Modul în care ne trăim viața influențează nemijlocit dezvoltarea naturii noastre spirituale. Un comportament moral corect – o spun toți învățătorii spirituali – este însuși fundamentul vieții spirituale.

Învățăturile sfinților privind morala se bazează pe faptul că ei știu care acțiuni sunt benefice și care sunt dăunătoare evoluției spirituale. Sfinții nu se preocupă de moralitate exclusiv de dragul moralității. Ei sunt preocupați să ne ajute să înțelegem legea acțiunii și reacțiunii care guvernează lumea. Ei vor să ne ferească de capcane și de amăgiri. Ei știu că în obsesia noastră pentru plăceri căutăm fericirea acolo unde putem fi doar dezamăgiți, nefericiți și înrobiți. Principiile morale călăuzitoare pe care ni le arată sfinții au menirea de a ne feri să intrăm în cercul vicios al acțiunilor și reacțiunilor care ne leagă de creație.

Problema sexului

Misticii ne sfătuiesc să ne disciplinăm sexualitatea, pentru că ea atrage atenția noastră în jos, spre corp. Țelul nostru este să ne înălțăm atenția – să ne ridicăm nivelul de conștiință – dacă vrem să ne dezvoltăm spiritualitatea. Orice ne coboară atenția în plăcerile senzuale ale corpului ne trage în jos în lume, legându-ne astfel și mai strâns de creația materială.

Stanley White, analizând în cartea sa *Eliberarea Sufletului* problemele morale cu care se confruntă discipolul pe calea spirituală, evidențiază faptul că mulți învățători spirituali sunt ei înșiși căsătoriți. El spune: „Ei ne arată că oricine poate, ducând o viață de familist, să practice totuși cu succes calea mistică. Dacă ducem o viață echilibrată, cumpătată, vom constata că meditația ne va detașa treptat de necesitățile fizice. Atunci nu vom resimți „pierderea” activității sexuale, căci mintea va fi aflat o bucurie mai înaltă (în interior) și va renunța de bună voie la plăcerile asociate sexului. Misticii sunt foarte pragmatici; ei știu că nu vom putea înceta să ne dedăm plăcerilor sexului chiar din clipa în care ajungem pe cale. Ei ne învață că retragerea este lentă și treptată. De aceea ne îngăduie să ne satisfacem în continuare necesitățile trupești, până când atingem stadiul în care necesitatea este învinsă prin atașarea de spiritul din interior.

Practic, nevoia noastră de sex și preocuparea față de acesta descresc pe măsură ce realizăm un progres spiritual înlăuntrul nostru. O viață de celibat nu ar fi posibilă pentru toată lumea, exceptând o mână de oameni care a depășit în mod real această nevoie. Iar un celibat impus nu va realiza nimic, întrucât mintea se va revolta permanent din cauza reprimării. Prin urmare, este evident că rețeta dată de sfinți de a duce o viață morală, curată, în granițele căsătoriei, urmărind ca țel o detașare lentă și treptată – prin atașarea de puterea din interior – este unica metodă rezonabilă cu ajutorul căreia pot fi depășite nevoile trupești.”

Mintea este cea care ne împiedică să percepem spiritul. De aceea, mulți oameni dornici de a-și dezvolta înțelegerea spirituală, încearcă, pe o cale sau alta, să supună mintea. Unii practică diferite forme de penitențe sau duc o viață de totală austeritate. Ei speră să desprindă astfel mintea cu forța de plăcerile lumești. Dar dacă nu îi oferim minții o altă sursă de plăcere, dacă nu reușim să o atașăm de o altă sursă de încântare mai îmbietoare, la un moment dat ea se va răzvrăti. Călugărul care se reîntoarce

în lume după ce a ajuns la o strictă auto-disciplină, poate fi înfrânt când are de înfruntat ispitele lumii. Își poate pierde chiar și auto-controlul de care dispune în mod normal un om obișnuit. Dacă mintea este pur și simplu obligată, îngrădită și forțată să se supună, când este eliberată, ea se întoarce adeseori la plăcerile trupului cu o forță dublă.

Detașarea de plăcerile senzuale nu se poate realiza prin reprimare. Dar nici așa cum își închipuie unii că, dedându-ne lor, ne-am putea înălța deasupra plăcerilor simțurilor. Este ca și cum am încerca să stingem un foc punând gaz peste el; mintea va deveni și mai activă. Lăsând-o să se înfrupte fără nicio limită, ea nu se va satura niciodată. Mai curând, aceasta îi va spori dorințele. Sfinții sugerează o altă abordare. Ei ne sfătuiesc să atașăm mintea de ceva mai înalt, de ceva care să-i ofere mult mai multă bucurie decât plăcerile simțurilor – iar această bucurie mai înaltă este contactul nostru cu divinul Cuvânt. Cuvântul este izvorul primordial de bucurie pură și permanentă. Extazul divin creat de contactul cu Melodia fără sfârșit ne captivează launtric într-atât de mult încât niciodată nu ne saturăm de ea. În comparație cu ea vom considera lucrurile lumești insipide și lipsite de însemnătate. Numai în acest fel ne putem într-adevăr detașa.

Detașarea nu se poate realiza niciodată în gol. Numai atașarea de ceva mai bun – de Cuvânt – poate duce la adevărata detașare de lume.

Mai puțin înseamnă mai mult

Sfinții ne sfătuiesc să fim cinstiți în relațiile cu ceilalți oameni, iar codul nostru moral să facă parte din viața noastră însăși. Ei acordă o mare însemnătate necesității de a ne câștiga propriile mijloace de existență, căci dacă trăim pe seama altora ridicăm o nouă opreliște în calea evoluției și dezvoltării noastre. Fiind o povară pentru alții creăm datorii care, pentru a fi achitate, prelungesc timpul pe care îl avem de petrecut în acest plan de conștiință.

Învățătorii spirituali adevărați reprezintă pentru noi exemple de viață onestă. Ei se întrețin singuri, fără ca prin aceasta să renunțe la calea lor. Ei nu acceptă niciodată bani de la discipoli pentru folosul lor personal. Relațiile lor cu toți oamenii sunt sincere și directe. Ei dovedesc clipă de clipă că fericirea nu constă în avere și în bunuri, ci în mulțumirea inimii.

În această eră materialistă s-a născut convingerea că, pentru a fi fericiți, avem nevoie de cât mai mult din toate. Nici nu ne dăm seama că, atunci când confortul și siguranța materială devin pentru noi lucrul cel mai important, viața noastră interioară începe să sufere. Atașându-ne de bani, de proprietăți și de lucruri materiale, ne întărim ego-ul, ne zdruncinăm echilibrul lăuntric, ne înstrăinăm de ceea ce suntem noi de fapt. În acest fel ne pierdem pacea minții și, dominați de lucrurile pe care le deținem și de ambițiile noastre, devenim tulburați și tensionați.

Încercând mereu să ignore realitatea crudă a efemerității noastre, mintea se amăgește pe sine ținându-se permanent ocupată cu ceva, străduindu-se să adune mai multă avere, mai multă putere sau orice îi place ei mai mult. Conform acestui scenariu, devenim curând obsedați de muncă, de activitate, fără a mai avea timp să ne mai amintim de finalul care ne așteaptă. Dar, de fapt, suntem ca struțul care își ascunde capul în nisip și crede că nu-l mai vede nimeni. Sfârșitul nostru va veni cu siguranță cândva, oriunde ne-am ascunde și orice am face.

În tentativele noastre de a ne afla fericirea în lucruri exterioare, ne-am complicat viețile la maximum. Am îngăduit reclamelor comerciale să ne spele creierile, creându-ne necesități artificiale. Ne-am lăsat influențați de paradisul făgăduit de reclamele de la televizor și am căzut direct în capcanele lor ademenitoare.

Mass-media comercială, chipul lăcomiei omenești, a înlocuit valorile noastre spirituale cu idealuri materiale. Consumatorismul ne dictează modul de viață. A merge la cumpărături a devenit un înlocuitor pentru trăirea religioasă, iar complexele comerciale

sunt acum noile locuri de închinare. Trebuie să ținem pasul cu lumea și cu ceea ce proiectează media asupra noastră. Nici zece cărți de credit nu ne ajung. Chiar dacă avem o casă pentru iarnă, una pentru vară, un apartament la ocean și o cabană în pădure, tot suntem nemulțumiți.

Câte cămăși putem purta într-o zi? Câte rochii putem etala într-o seară? În câte camere putem dormi noaptea? Chiar dacă am reuși să dobândim acele lucruri care reprezintă ultimul cuvânt în materie – un Rolls de comandă, poate, sau un avion privat, ce vom face dacă ne vom da seama că tot nu suntem fericiți? Vom fi asemenea câinelui care fuge bezmetic după o mașină până când o ajunge din urmă, dar apoi constată că nu știe ce să facă mai departe?

Lăcomia este catastrofală. Lăcomia ne orbește. Îi face pe oameni să fie atât de obsedați să-și capete porția ochită de ei din proverbialul cozonac, încât sunt gata să-și vândă sufletele. Ca să-și satisfacă dorințele lor înguste, oamenii devin adesea fără scrupule. Să ne amintim de modul în care am secătuit resursele pământului pentru a ne satisface lăcomia. Atunci când aceasta ne avantajează, facem compromisuri cu principii despre care susținem că sunt importante pentru noi. Atunci când ne convine, găsim justificări chiar unor acțiuni pentru care pe alții îi condamnăm.

Lăcomia și neîncetata goană pentru satisfacerea propriilor dorințe împietresc inima omului, dispersează mintea și irosesc energie prețioasă, făcând deosebit de dificil de realizat evoluția spirituală.

Bogat este nu cel care are mai multe, ci acela care este mulțumit cu ceea ce are. Ne-am ridicat standardul de viață dar, din păcate, am pierdut simțământul de mulțumire cu ceea ce avem. A fi mulțumit a devenit o expresie aproape străină în vocabularul nostru actual deși avem cu mult mai mult decât ne trebuie de fapt.

Dacă vom analiza, vom constata că nu avem nevoie de atât de mult. Necesitățile noastre nu sunt chiar atât de numeroase. Viața este foarte simplă. Noi suntem cei care o complicăm. Cu cât posedăm mai multe lucruri, cu atât mai mult suntem dominați de ele; cu cât avem mai puține, cu atât ne domină mai puțin.

Maharaj Charan Singh, într-unul din discursurile sale reprodus în cartea *Comoară de Necuprins*, spune: „Pe oricine întrebi, vei constata că nu are timp. Muncitorul nu are timp; inginerul nu are timp; industriașul nu are timp. Cine are timp pentru a se destinde? Cine are și clipe de tihnă? Nimeni.

Ce am dobândit, așadar, prin tot acest progres, prin toată această dezvoltare? Nu putem găsi o oră pentru noi înșine, nici măcar o jumătate de oră în care să ne relaxăm. Fiecare suferă de o stare de încordare mentală – fiecare chip reflectă tensiune – nimeni nu pare a fi relaxat. Oamenii nu pot sta împreună să-și risipească tensiunea râzând și relaxându-se.

Rezultatul este frecvența sporită a bolilor de inimă, diabet și tensiune arterială mărită. Întreaga noastră viață a devenit artificială. Am uitat cum să râdem, am uitat cum să vărsăm lacrimi. Surâsul nostru a devenit artificial, lacrimile au devenit artificiale.

Aceasta nu este în totalitate vina dezvoltării. Am devenit prizonierii lucrurilor pe care ni le-au oferit dezvoltarea și progresul. Aceste lucruri au fost menite să fie în beneficiul, în folosul nostru; noi nu am fost mențiți să fim în folosul și beneficiul lor. Însă noi am devenit robii mașinăriei, nu posesorii ei. Noi suntem posedați de ea, nu noi o posedăm. Trebuie ca noi să devenim proprietarii, stăpânii acestui întreg progres. Fiecare om trebuie să aibă hrană suficientă, acoperiș deasupra capului, trebuie să fie relaxat, să nu aibă niciun fel de zbucium. În mintea nimănui nu trebuie să existe tensiuni.

Părinții trebuie să-și iubească copiii, iar copiii trebuie să fie respectuoși cu părinții lor. Acestea sunt valori pe care orice ființă omenească le prețuiește în viață. Sunt valorile fundamentale ale

vieții. Dacă valorile vieții sunt pierdute, atunci care este avantajul acestei dezvoltări? În ce constă binefacerea acestui întreg progres?

Nu sunt împotriva evoluțiilor moderne și a actualei civilizații. Dar cu niciun preț nu trebuie să facem compromisuri cu valorile fundamentale ale vieții omenеști. Trebuie să avem tihnă. Trebuie să ducem o viață simplă, destinsă și fără tensiune. În familie trebuie să existe unitate și pace, respect pentru părinții noștri, iar noi trebuie să avem grijă de copiii noștri. Hrana și mediul nostru trebuie să fie sănătoase. Trebuie să fim plini de înțelegere și folositori celorlalți. Aceasta este direcția în care trebuie să ne conducă dezvoltarea noastră.“

Dacă ne edificăm lumea pe falsele promisiuni pe care ni le prezintă mass media, artificialitatea și superficialitatea ei ne vor distruge – toate fiind bazate numai pe lăcomie. Irosindu-ne oportunitatea de a evolua noi înșine pe deplin, vom pierde și șansa de a obține pacea permanentă a minții și neasemuita bucurie și fericire care se află în interi

OBTURAREA VIZIUNII

Drogurile: porți false ale percepției

Țelul vieții spirituale este eliberarea de iluzie. Consumând substanțe care modifică activitatea minții, indiferent dacă sunt naturale sau chimice, putem experimenta realități sau stări de conștiință diferite, dar toate sunt temporare și sunt limitate la domeniul minții. Ar fi foarte ușor dacă am putea să ne înălțăm în permanență conștiința luând o simplă pilulă dar, din nefericire, nu este posibil. În clipa în care dispare efectul drogului, omul redevine cel de mai înainte. Experiențele induse de droguri sunt doar stări mentale și nu au nimic comun cu experiența spirituală; de aceea, experiențele celor care iau droguri diferă între ele.

Experiențele spirituale, însă, nu sunt diferite unele de altele. Toate sunt obligatoriu la fel întrucât provin în urma unei călătorii interioare cu aceleași repere vizibile pentru toți cei ce o parcurg. Nu sunt plăsmuiri ale imaginației fiecăruia.

Drogurile pot facilita o ușoară concentrare fizică și pot provoca o transă parțială sau o aparentă stare de beatitudine, dar atunci când incursiunea s-a sfârșit, se termină și experiența. Chiar dacă ai vedea ceva într-o stare alterată de conștiință, nu ai niciun control, în timp ce o experiență spirituală este ceva asupra căruia avem control. Prin practică spirituală ne putem schimba nivelul de conștiință și putem străbate țărâmurile spirituale la dorință și, în același mod, ne putem întoarce la nivelul de conștiință al corpului oricând dorim.

Experiența spirituală ne face mai conștienți de prezența sufletului nostru și ne transformă în oameni cu mult mai puri și mai buni. Nu mai suntem victimele simțurilor; ne controlăm mintea, iar mintea începe să controleze simțurile. Însă prin folosirea drogurilor rămânem robii atât ai simțurilor cât și ai minții. Creându-ne și mai multe iluzii, nu ne vom ajuta să ne trezim din amăgirea în care ne aflăm deja.

Alcoolul: mesaj funest într-o sticlă

Nu este nevoie de multe argumente care să susțină necesitatea abținerii de la băuturi alcoolice. Știm cu toții cât de nesăbuiți devenim când suntem beți și ce crime și nebunii se comit sub influența alcoolului. Folosirea lui ne întunecă viziunea și ne alterează simțul valorii într-atât încât ne pierdem discernământul și nu suntem în stare să vedem ce acțiuni ne vor face rău nouă înșine sau altora. Chiar și cantități mici de alcool pot perturba gândirea limpede. Scopul principal al unui căutător de adevăr este de a deveni cu mult mai conștient.

Concentrarea este o parte esențială a meditației. Concentrarea cere să fim prezenți și atenți la noi înșine. Dacă ne aflăm sub influența drogurilor sau a alcoolului, ne putem simți bine un timp, ne putem cufunda într-un ocean de uitare, dar o practică spirituală serioasă este imposibilă sub influența alcoolului sau a drogurilor.

MEDITAȚIA

O dezvoltare spirituală reală poate fi realizată numai prin practica meditației. Există multe moduri de a medita, iar scopul și rezultatele lor variază. Meditația descrisă aici se referă la tehnica unirii sufletului cu puterea primordială sau Shabd. Este menită exclusiv contopirii cu originea noastră.

Pentru a putea intra în contact cu puterea care se manifestă în interiorul nostru în forma luminii și sunetului interior, trebuie să practicăm tehnica de meditație prescrisă și transmisă de un învățător spiritual care este el însuși în contact cu ea. Dacă avem un aparat de radio deconectat de sursa de energie, este evident că nu vom putea asculta niciun fel de muzică la el. Pentru a acorda aparatul la o frecvență de emisie va trebui să găsim un mod de a-l conecta la o sursă de energie. În mod asemănător, un învățător spiritual adevărat care trăiește în zilele noastre, fiind acordat cu sursa de energie care a creat universul, ne poate arăta cum să ne reconectăm la muzica spirituală care răsună în interiorul fiecăruia dintre noi.

Călătoria interioară

Viața poate fi considerată ca parcursul unui drum. Prima lui parte este cea pe care o străbatem acum, în care intrăm în legătură cu lumea prin simțuri. Deși este posibil să fi trăit multe momente de fericire, au existat de asemenea, din belșug, dezamăgiri și suferință. Așa-zisele plăceri de care ne putem bucura la acest

nivel se transformă întotdeauna, cu timpul, în suferință sau dezamăgire. Limitați de simțurile noastre și de atașamentele lumești care ne țin captivi, ne mărginim la această lume, ignorând cu desăvârșire orice altceva. Nu avem nicio idee despre cea de a doua parte a parcursului – parcursul interior.

Fericirea permanentă, durabilă, se atinge pornind în această a doua parte a călătoriei. Urcăm la acest nivel prin meditație. Ea devine manifestă din momentul în care începem să ne ridicăm conștiința din corp și să o concentrăm în ochiul spiritual. Aceasta este reședința firească a minții și a sufletului în corpul fizic – un punct situat cam la jumătatea distanței dintre cei doi ochi și ușor mai sus de ei. Este un punct spiritual subtil și nu poate fi găsit disecând corpul fizic. În acest punct subtil mintea și sufletul sunt întrepătrunse, înnodate laolaltă, fiind punctul de repaus al conștiinței noastre în starea de veghe. Aici este locul în care, dacă ne înălțăm conștiința la acest nivel, intrăm în contact cu Shabd-ul sau muzica încântătoare a lui Dumnezeu.

Atunci când, prin practica meditației, venim în contact cu beatitudinea muzicii divine, aceeași minte care gonește în permanență după plăcerile simțurilor devine complet supusă. Plăcerile lumii devin cu totul insipide. Modelându-ne viața astfel încât să atingem țelul contactării melodiei divine, viața noastră va căpăta mai mult sens și va merita a fi trăită.

Să mori rămânând viu

Este adevărat că tezaurul prețios al Shabd-ului se află în interiorul nostru. Este bogăția noastră. Ea se află aici pentru noi. Dar o vom descoperi numai atunci când vom practica tehnica meditației împărtășită de către un învățător viu – un maestru desăvârșit al spiritului.

Numai un mistic adevărat în viață ne poate transmite tehnica meditației prin care ne retragem conștiința din întregul corp, până la ochiul spiritual (ochiul al treilea), unde contactăm Curentul

Sunet. Misticii spun că acest proces al meditației înseamnă „să mori rămânând viu”.

După cum s-a spus mai înainte, atunci când vine moartea, sufletul nostru se retrage în sus începând de la tălpile picioarelor și ajunge în ochiul al treilea. La început se răcesc labela picioarelor, apoi se răcesc gambele, întregul corp amorțește, iar organele încetează să funcționeze. Atunci când sufletul trece prin ochiul al treilea, corpul, rămânând fără suflet, nu poate supraviețui și murim.

Prin același proces, în meditație murim rămânând vii. Potrivit învățăturilor sfinților, meditația este procesul prin care întreaga conștiință vitală părăsește partea inferioară a corpului iar curentul suflet este concentrat în ochiul spiritual. Suntem atunci capabili să răzbatem planul material și începe adevărata călătorie a sufletului către casă.

Diferența esențială între moartea obișnuită și a muri rămânând viu este aceea că în meditație nu este întreruptă legătura sufletului cu trupul. Organele corpului continuă să funcționeze iar sufletul se reîntoarce în corp la încheierea meditației.

Atunci când atenția funcționează mai jos de ochi, suntem morți în ceea ce privește viața adevărată și veșnică. Când atenția este retrasă și concentrată în ochiul al treilea, devenim cu adevărat vii și suntem morți în ceea ce privește lumea.

Biruind moartea

Unul din beneficiile învățăturilor sfinților este faptul că discipolul trece pragul morții într-o stare conștientă de fericire. Aceasta este experiența discipolilor care au urmat cu sârguință instrucțiunile unui învățător spiritual adevărat. Nu este doar o poveste sau parabolă luată din vreo carte sfântă sau scriptură. Cei care urmează cu strictețe instrucțiunile unui învățător spiritual adevărat pot atinge stadiul de a muri în fiecare zi rămânând vii. Odată ce ating această înaltă treaptă, ei pot pași în regiunile superioare revenind

apoi, la dorință, în același corp fizic. Pentru ei Dumnezeu este o realitate vie. Acești discipoli au biruit moartea.

Faptul de a muri rămânând viu este motivația principală în spiritualitate, pentru că numai după o astfel de moarte sufletul devine într-adevăr viu. A muri rămânând viu nu are nicio legătură cu sinuciderea, cu îngroparea sau incinerarea. Dimpotrivă, cel care învață această artă poate pune capăt pentru totdeauna ciclului de nașteri și renașteri și poate trăi veșnic. Fiind în stare să treacă porțile morții, discipolul pierde orice teamă de moarte.

Niciodată nu vom putea cunoaște viața adevărată câtă vreme nu depășim domeniul morții, sau, cu alte cuvinte, câtă vreme nu ne naștem din nou în regiunile subtile superioare. De aceea Iisus spune: „De nu se va naște cineva de sus, nu va putea să vadă împărăția lui Dumnezeu.” (Ioan 3:3) Cel care își perfecționează această tehnică nu va mai fi nevoit niciodată să se întoarcă la suferința acestei lumi.

Rezultate imediate?

Moartea în timpul vieții nu se realizează cu ușurință. Numai cei care și-au biruit mintea, și-au anihilat toate dorințele și au nimicim ego-ul pot dobândi această experiență. Nu este la fel de ușor de realizat pe cât este de ușor de citit sau de vorbit despre ea, căci se poate realiza doar renunțând la a ne mai agăța de lume. Câtă vreme dorințele lumești dețin controlul asupra corpului, sufletul nu îl poate părăsi. Numai detașându-ne de corp și de minte putem muri rămânând vii.

Unii oameni cred în mod greșit că ne putem contopi cu conștiința lui Dumnezeu într-o clipă. Dar în spiritualitate nu există scurtături. Adevărata alchimie este procesul transmutării metalelor inferioare (această viață muritoare) în aur (nemurirea), iar pentru aceasta se cere timp și străduință. Să nu ne facem vreo iluzie! Realizarea acestei stări nu se obține peste noapte. Este un proces lent de transformare, nu de informare.

Când întreprindem ceva suntem adesea nerăbdători să vedem rezultate rapide. A fi interesați de rezultate poate funcționa în lumea afacerilor, dar în spiritualitate lucrurile sunt diferite și adesea par contradictorii. Primul lucru – dacă vrem rezultate – este să uităm de rezultate.

La început trebuie să dăm mai puțină atenție rezultatelor și mai multă atenție efortului. Această atitudine ne ajută să fim mai eficienți în strădania noastră și să rezolvăm cu promptitudine problemele care apar pe cale. Dacă ne îngrijim de clipa de față, de la sine ne îngrijim și de viitor.

Atitudinea necesară în spiritualitate este diferită de cea necesară în lumea materială. Spiritualitatea ne solicită să ne modificăm viziunea asupra lumii, să devenim mai modești în abordarea vieții – fără mari așteptări – exact la fel ca și copilul care învață să scrie. Copilul este absorbit de învățare, el doar practică și face acel lucru – fără niciun fel de așteptări. Transformarea de la stadiul de novice la cel de expert cere timp. Cere răbdare, voința de a depune efortul și voința de a lupta atât cât va fi nevoie.

Luptătorul interior

Mintea noastră superioară și tendințele noastre inferioare sunt angajate într-o luptă pe viață, iar bătălia continuă până când una din părți iese victorioasă. Pentru ca mintea superioară să câștige această luptă, trebuie să ne bazăm pe răbdare, pe propriul nostru efort și pe îndrumarea și susținerea învățătorului spiritual în viață. Dacă vedem lumea așa cum este, dacă am obosit să fugim de noi înșine și de suferința singurătății, dacă ne dăm seama că nu facem decât să căutăm pretutindeni substitute pentru iubire, atunci nu avem altă alegere decât să fim suficient de îndrăzneți să luptăm.

Această luptă interioară va fi dură. Suntem noi dispuși să trecem prin încercarea grea a desprinderii de atașamentele noastre? Dacă da, suntem pregătiți pentru a face sacrificiile

necesare dobândirii unui nou fel de a vedea și de a acționa? Să ne gândim. Există multe căi spirituale. Calea aceasta nu este menită tuturor. Ea cere mult curaj, răbdare și tenacitate.

O povestire din viața faimosului pictor Picasso ilustrează acest aspect. Vizitând una din ultimele lui expoziții, o doamnă s-a apropiat de el și i-a spus: „Maestre, picturile dumneavoastră sunt minunate dar, spuneți-mi, un copil nu ar putea picta oare și el la fel?” „Ba da, aveți totală dreptate”, i-a răspuns Picasso, „singura diferență este că mie mi-a luat nouăzeci de ani din viață ca să pictez ca un copil”.

Lui Picaso i-a trebuit o mulțime de timp, muncă grea și răbdare pentru a redobândi simplitatea unui copil. Și noi, de asemenea, avem de muncit din greu, dar putem readuce în viețile noastre acea nevinovăție, acea simplitate și acea puritate. Bizuindu-ne pe cei cinci piloni ai spiritualității, întreaga noastră viziune asupra lumii se va schimba, va fi mai destinsă, mai plină de iubire și mai fructuoasă.

Picasso a fost nevoit să se dezvețe de tot ceea ce a învățat pentru a deveni din nou asemenea unui copil. Acesta este modul de abordare de care avem nevoie în viața noastră. Atunci când suntem axați pe spiritualitate, trăim în prezent, aici și acum, iar problema rezultatelor nu se pune. Ne preocupăm de rezultate atunci când nu vrem să fim acolo unde suntem; atunci când dorim să ajungem la rezultate ocolind efortul; atunci când ratăm prilejul de a ne bucura de efortul în sine. Meditația este efortul fără de efort care readuce în viețile noastre simplitatea și puritatea.

Să ne desprindem de atașamente

Meditația este leacul care ne va vindeca de suferința pe care am atras-o asupra noastră. Dacă vrem ca acest leac să acționeze, trebuie să abandonăm multe atașamente și obiective fără sens care complică și mai mult iluzia în care trăim. Numai prin meditație putem învăța să ne desprindem de atașamente înainte de a muri.

Viața noastră nu trebuie să graviteze în jurul niciunor atașamente – fie ele față de oameni, animale, obiecte, ocupații, scopuri sau proiecte. Liniștindu-ne mintea, meditația ne ajută să gândim mai limpede și să privim fiecare lucru din perspectiva cuvenită. Prin practicarea meditației devenim conștienți că vom mai fi aici, în această lume, doar o vreme. Nimic nu ne aparține și noi nu aparținem nimănui. Cu toții suntem doar în trecere. Nu există aici nimic de care să ne cramponăm. Ne putem debarasa de atașamente. Ne putem debarasa de tot ceea ce nu dăinuie.

Meditația ne face conștienți că totul în viață este tranzitoriu. Oricât timp am consacra unui lucru, fie acesta propriul nostru corp, o altă persoană, o ocupație sau orice altceva, în cele din urmă, în momentul morții, va trebui să ne desprindem de el. Fie că o dorim sau nu, va trebui să ne desprindem de toate. Așadar, ceea ce ne spun misticii este să ne desprindem, în inima noastră, de toate aceste atașamente înainte de a muri, iar cu cât le vom scoate mai curând din inimă, cu atât vom fi mai fericiți.

Așa cum s-a afirmat mai înainte, în meditație învățăm să ne liniștim mintea. Când mintea devine liniștită începem să ne dăm seama că noi înșine suntem altceva decât mintea. Meditația ne ajută să ne eliberăm de obiceiul de a judeca, obicei care ne întărește ego-ul. Meditația stopează procesul de gândire care făurește permanent iluziile noastre. Când mintea devine liberă de obiceiul de a judeca, iar șuvoiul gândurilor se domolește, începem să înțelegem care este starea noastră de fapt. S-ar putea ca aceasta să nu ne placă. Dar singura cale de a face vreun progres este să ne acceptăm demonii secreți, să ne recunoaștem slăbiciunile, iar apoi să lucrăm asupra lor. Un alcoolic, un dependent de droguri sau un stăpânit de patimi nu pot începe să se vindece până când nu recunosc și nu acceptă problema fundamentală pe care o au. Este esențial să ne cunoaștem pe noi înșine așa cum suntem, înainte de a ne putea schimba.

Atașamentele și obsesiile de care ne agățăm cu atâta înverșunare ne fac doar să suferim. Ne întârzie călătoria spirituală și ne fac mai dificil începutul unui mod de a trăi plenar. Ele prelungesc iluzia că noi aparținem acestei lumi. Dar noi nu suntem de aici. Nu aceasta este casa noastră adevărată. Aici totul este în schimbare permanentă și nu va dăinui. Singurul lucru permanent aici este sinele nostru adevărat, Shabd-ul, care este conștiință eternă, existență eternă și fericire eternă. Singura modalitate de a intra în contact cu acest sine etern, de a ne da seama cine suntem cu adevărat, este prin meditație.

Numai meditația pătrunde destul de adânc pentru a tăia din rădăcină problemele noastre. Gândirea intențională, afirmațiile mentale și alte tipuri de terapie zgârie doar la suprafață. Ele pot funcționa o vreme, dar după un anumit timp efectul lor trece, iar noi ne întoarcem la comportamentul nostru obișnuit. Metodele acestea se aseamănă cu aspirina folosită împotriva cancerului. Meditația asupra Cuvântului – Shabd – acționează la rădăcina problemelor noastre, dizolvându-ne atașamentele, punându-ne în contact cu izvorul primordial de forță și de bucurie.

Meditația ne ajută să ne dezvoltăm calitățile pozitive latente. Ea dizolvă blocajele care le împiedică să iasă la suprafață. Prin practicarea corectă a meditației ajungem mai aproape de miezul ființei noastre, iar atunci calitățile noastre pozitive încep să se manifeste de la sine. Ele se ridică la suprafața ființei noastre la fel de firesc cum se ridică smântâna la suprafața laptelui. Prin meditație, tendințele noastre inferioare se transformă în opusul lor – mânia devine calmitate, pofta devine stăpânire de sine, lăcomia devine cumpătare, ego-ul devine smerenie, atașamentul devine iubire adevărată.

Pe măsură ce devenim conștienți de Shabd în interiorul nostru, ne schimbăm radical atitudinea față de viață. Ne ajustăm în mod firesc prioritățile și ne străduim de a ne comporta într-o

manieră care să fie în concordanță cu ceea ce suntem noi și cu lumea. Problemele noastre nu dispar, dar suntem mai puternici și mai bine înzestrați pentru a le face față. Nu ne mai pierdem echilibrul și ne menținem pacea interioară.

Pacea pe care o aflăm prin meditație este independentă de orice factor exterior. În acea pace suntem conștienți de realitate. Meditația ne face să fim mai focalizați, mai îndemânați și mai eficienți în tot ceea ce întreprindem. Prin meditație dăm vieții noastre un sens și ne purificăm pe noi înșine. Ea înlătură tensiunile și lucrurile nesănătoase care ne asaltează mintea. Meditația liniștește mintea și ne învie sufletul. Meditația ne face conștienți de iubirea profundă prezentă înăuntrul nostru. Este singurul mijloc de a-l cunoaște pe Dumnezeu, de a-l experimenta și de a ne înapoia la El.

LIMITELE NOASTRE ÎN IUBIRE

Iubirea, ne spun sfinții, este cea mai desăvârșită și de nezdruccinat forță a vieții. Iubirea, mai mult decât orice altceva, ne conduce către o viață echilibrată și fericită. Dar până când iubirea nu devine însușirea noastră de căpătâi, mintea și simțurile nu o vor lăsa să se manifeste liber.

Limitele cunoașterii

Iubirea este un alt nume pentru spiritul lui Dumnezeu, care este o realitate nemărginită și atotcuprinzătoare. Conștientizarea acestei iubiri divine este limitată de faptul că intelectul nostru este, deocamdată, cel dominant. Intelectul este capabil doar să raționeze și să evalueze. El nu poate sesiza eternul și nemuritorul, care poate fi sesizat numai de către suflet. Pe Dumnezeu nu ni-l putem închipui, pentru că realitatea care este Dumnezeu este mai presus de percepția minții și a intelectului omenesc. Doar gândindu-ne la El, nu îl vom putea cunoaște, chiar dacă am citi sute de cărți sau i-am dedica mii de gânduri.

Este necesar să admitem că avem unele limitări atunci când abordăm un asemenea grandios subiect. Stanley White, în cartea *Eliberarea sufletului*, se referă la limitările pe care le are mintea în a-l înțelege pe Dumnezeu. El spune: „Mintea noastră, așa cum recunoaște știința, este o entitate finită. Aceasta înseamnă că ea are limitări. Ea poate face atât cât este în stare, mai mult nu. De exemplu, putem face înmulțiri în minte fără ajutorul hârtiei și

creionului, dar putem să o facem până la un anumit punct, după care suntem depășiți. Putem auzi sunetele numai într-un anumit interval de frecvență, deși spectrul sonor este cu mult mai vast decât pragul nostru de audibilitate. Nu putem percepe prezența razelor X, infraroșii sau ultraviolete, dar aceasta nu înseamnă că ele nu există. Mai curând, aceasta arată că suntem incapabili să le verificăm existența prin intermediul simțurilor noastre.

În chiar această clipă suntem bombardați de unde radio de la stațiile noastre locale de emisie, dar nu le putem sesiza existența până când nu ne „acordăm” la frecvența lor cu ajutorul unui aparat de recepție special conceput. Puțini dintre noi sunt atât de nesăbuiți încât să conteste existența transmisiunilor de radio și televiziune, doar pentru că nu le putem auzi numai prin simțurile noastre, fără ajutorul aparatelor. Ajungem astfel la un principiu important al vieții(...). Există lucruri care nu pot fi percepute de simțuri.

(...) Mari învățători religioși au afirmat că Dumnezeu este infinit. Aceasta înseamnă că El este lipsit de orice fel de limitare. Cum poate o entitate finită (mintea) să înțeleagă ceva infinit ca Dumnezeu? Este evident că ne-am ciocnit aici de o problemă dificilă. Cum poate înțelege mintea ceva care este mai presus de ea însăși?

(...) Citind aceste lucruri, nu uitați că s-ar putea să nu fie posibilă explicarea în amănunt a fiecărui concept, întrucât nu există cuvinte care să transmită experiența care are loc dincolo de tărâmul minții și materiei (...). Întrucât cuvintele sunt ale minții, ele nu pot comunica o realitate mai înaltă decât cea experimentată de minte. Odată stabilit acest lucru cu fermitate în conștiința noastră, să căutăm acum să folosim cât mai bine cuvintele, încercând să-i dăm minții o hrană spirituală de care să poată beneficia.”

Numai acea cunoaștere care este folosită în încercarea de a-l înțelege pe Dumnezeu și adevăratul nostru sine este benefică. Orice altă cunoaștere, deși ar putea fi utilă în anumite aspecte

ale vieții, este prea superficială pentru a ne ajuta să ajungem în contact cu sinele nostru real și să cunoaștem puterea Creatorului înăuntrul nostru.

Putem cunoaște această putere experimentând-o, nu citind despre ea sau gândindu-ne la ea. Pentru a o experimenta, trebuie să atingem regiunile de conștiință pură din interiorul nostru. Prin cuvintele „viață spirituală” înțelegem o viață de comuniune cu această putere, nu o viață petrecută doar pentru a gândi, a citi sau a discuta despre ea.

Dumnezeu este pretutindeni, în fiecare particulă a creației. El este prezent, de asemenea, în fiecare din noi, căci nu suntem și noi parte a creației? De obicei, fiind omenesci fiind, noi ne îndreptăm eforturile de a-l afla înspre exteriorul nostru. De obicei, nu luăm niciodată în considerare eventualitatea de a-l căuta în interior. Acesta este un aspect important al învățăturilor sfinților deoarece ne indică faptul că greșim și ne arată unde trebuie să căutăm pentru a-l afla pe Dumnezeu. Principiul este simplu: Creatorul pe care îl căutăm nu poate fi aflat în exterior. Creatorul trebuie cunoscut în interiorul corpului omenesc.

Odată ce am realizat puterea lui Dumnezeu înăuntrul nostru, vom putea vedea dincolo de conceptele noastre limitate și ne vom da seama că El se află pretutindeni – nu există loc în creație în care El nu este. Sfinții ne spun însă că nu-l putem vedea pe Dumnezeu în creație dacă nu l-am experimentat mai întâi în interiorul propriei noastre ființe.

Limitele ritualurilor și ceremoniilor

În loc să ne îndreptăm spre Dumnezeu prin oceanul iubirii, noi ne consacram ritualurilor și tradițiilor. Toate religiile predică omenirii aceleași adevăruri etice și spirituale. Învățăturile lor fundamentale spun că toți oamenii trebuie să aibă un comportament bun, să aibă credință în Dumnezeu, să-l iubească și să atingă comuniunea cu El.

Religiile contemporane, în loc de a sublinia aceste aspecte spirituale esențiale, ne cer să venerăm sau să ne închinăm unor mistici din trecut ca Iisus Hristos, Mahomed, Moise, Budha, Krishna, Lao Tse, Guru Nanak și alții. Ele nu ne spun cum au ajuns acești mistici la desăvârșirea lor spirituală, sau cum îi putem întâlni în fapt pentru a putea învăța de la ei. Ele insistă asupra necesității de a crede într-o scriere religioasă sau alta, dar nu ne împărtășesc metodele de a ajunge la aceleași experiențe spirituale descrise în acestea. Ele ne spun că țelul nostru este comuniunea cu Dumnezeu, dar nu reușesc să ne înzestreze cu mijloacele de a o realiza. Ele făgăduiesc izbăvirea, dar numai pe încredere, și numai după moarte.

Riturile și ritualurile au luat locul experienței directe a lui Dumnezeu. Ne mulțumim să mergem la biserici, sinagogi, moschei și temple în zilele de sărbătoare stabilite, crezând că participând la astfel de slujbe și ascultând un preot, rabin, mullah sau pandit care recită scrierile sfinte, vom dobândi mântuirea. Dar aceasta este doar o amăgire a minții.

Dacă țelul nostru este a ne reuni cu Dumnezeu, cum poate fi realizat acest lucru prin ritualuri și ceremonii? Liturghiile, ritualurile, ceremoniile și locurile de închinare nu fac decât să ne limiteze și să ne împiedice în strădania de a căuta în interior, pentru că ele o înlocuiesc cu închinarea exterioară. Așa cum Biblia explică: „Împărăția lui Dumnezeu este înlăuntrul vostru” (Luca 17:21) sau, așa cum afirmă Sf. Pavel, „Nu știți că voi sunteți templul lui Dumnezeu și că Duhul lui Dumnezeu locuiește în voi?” (1Cor. 3:16) Majoritatea suntem familiarizați cu aceste cuvinte din Evanghelie. Dar oare le înțelegem, sau le acordăm atenție? S-ar părea că nu. În fapt, templele, moscheile și sinagogile stau mărturie în ce fel încercăm noi să-l limităm pe Dumnezeu la domeniul fizic. Cum putem să-l limităm pe Cel Nemărginit? Cum poate Dumnezeu, care este pretutindeni, să fie îngrădit de pereți de cărămidă, mortar sau piatră?

Sfinții arată adevărul și vorbesc despre o cale simplă către realitatea divină care se află în interiorul fiecărui om. Această cale, spun ei, este o cale naturală către descoperirea de sine. Ea a fost creată de Dumnezeu și a existat de când fințează omenirea. Nu este făcută de om. Nu are nimic de-a face cu ritualurile și cu ceremoniile, nici nu se mărginește la comportamentul moral sau la faptele bune. Sfinții spun că Dumnezeu există și că toate religiile încearcă să instituie comuniunea cu el. Calea, sau știința comuniunii cu Dumnezeu este numită în mod obișnuit religie. *Religie* vine de la cuvântul latin *religare*, care înseamnă *a lega* sau *a uni*. Scopul său real este ascuns în rădăcina cuvântului. Religie înseamnă *re-unirea cu Dumnezeu*. Ne putem reuni cu Dumnezeu numai dacă îl găsim în interior. Calea spirituală pe care se întemeiază aceasta este aceeași pentru toți. Oricine își reamintește de Dumnezeu și realizează comuniunea interioară, poate fi considerat adevărat credincios al lui Dumnezeu, indiferent cine ar fi.

Dumnezeu a creat ființe omenești care doar mai târziu au devenit creștini, budiști, iudei, sikh, musulmani și așa mai departe. Acum cinci sute de ani nu existau credincioși sikh, cum nici musulmani nu existau acum treisprezece secole, nici creștini acum două mii de ani, nici budiști acum două mii cinci sute de ani. Oamenii sunt oameni, la Est sau la Vest, și sunt egali cu toții, întrucât în fiecare se află un suflet care este părțică din același Creator.

Există un singur Dumnezeu, deși în mărginirea noastră îi dăm nume diferite. De exemplu, pentru a-și potoli setea, cineva poate cere *apă*; un altul, din altă țară, poate cere *aqua*, sau *pani*, dar tuturor le trebuie aceeași H₂O, indiferent cum o numesc.

Pentru a-l realiza pe Dumnezeu, omul poate aparține oricărei religii. Pentru a atinge comuniunea cu Creatorul nu este necesar să-și abandoneze propria religie. Toți oamenii îl pot cunoaște pe Dumnezeu înăuntrul lor, indiferent de sex, statut social sau religie.

Sfinții spun că, deși Dumnezeu poate fi aflat în templul trupului, între suflet și Dumnezeu se află opreliștea egoismului, de aceea sufletul nu îl poate vedea pe Dumnezeu. Amândoi trăiesc în același templu, în același timp, dar nu se văd unul pe altul. Niciun ritual sau ceremonie nu pot schimba acest lucru. Numai adevărata spiritualitate, practicarea meditației interioare, poate ridica opreliștea.

Limitele închinării noastre

Adevărata biserică sau templu este forma omenească. Acesta este un adevăr simplu, totuși poate că doar unul dintr-un milion își îndreaptă căutarea lui Dumnezeu către interior. Închinarea exterioară, spun sfinții, nu este doar limitată ci și inutilă. Sf. Pavel spune: „Sau ce înțelegere este între templul lui Dumnezeu și idoli? Căci noi suntem templu al Dumnezeului celui viu.” (2Cor. 6:16)

Dacă ar arunca cineva o piatră în fereastra bisericii sau a templului, ne-am năpusti cu înverșunare și l-am pedepsi ca profanator de biserici – dar Dumnezeu sălășluiește chiar și înăuntrul aceluia om. Zilnic întinăm adevăratul templu al lui Dumnezeu, corpul omenesc, prin tot felul de gânduri, cuvinte și fapte. Îl căutăm pe Dumnezeu prin tot universul fizic, însă nu reușim să-l recunoaștem acolo unde poate fi aflat de fapt – înăuntrul fiecăruia din noi. Ne închipuim cu nesocotință că misticii și sfinții vorbesc doar simbolic atunci când spun că îl putem afla pe Creator în interior. Nu reușim să percepem sensul direct al cuvintelor lor.

Ne limităm închinarea la Dumnezeu cerându-i lucruri, ca și cum ne-am târgui la piață. De obicei, beneficiile pe care sperăm să le primim din partea lui se referă la lucruri materiale sau fizice, ca sănătate, avere și relații sociale. Dacă reușim să dobândim ceea ce dorim, nu facem decât să devenim și mai implicați în creație. Acest fel de rugăciune este mai mult ca o tranzacție comercială în care căutăm să-l mituim pe Dumnezeu. Dacă el ne acordă ceea ce dorim, atunci vom da de pomană atâta sau atâta, sau

vom face cutare sau cutare lucru. În realitate, toate aceste forme mărginite de rugăciune nu sunt decât un *materialism spiritual*. Din punctul de vedere al adevăratei spiritualități, ele sunt inutile.

Altă formă de materialism spiritual este confuzia care se face între operele umanitare și spiritualitate. Adevărații învățători spirituali nu sunt preocupați de schimbarea acestei lumi. Ei știu că această lume este un stadiu de școlarizare pentru suflet. La fel cum între școala elementară și universitate există diferite trepte, și în călătoria sufletului există stadii intermediare de învățare prin care trebuie să trecem. Lumea aceasta este unul dintre ele.

Sufletele care se întrupează în această lume trebuie să învețe din materiile de studiu oferite în această școală numită *Pământ*. Pe parcursul timpului, ființele omenеști vor fi puse în fața acelorăși materii de studiu. Acestea se prezintă sub forma unor perechi de contrarii. Vom avea de-a face mereu cu simțăminte de iubire și ură, de poftă și autocontrol, lăcomie și mulțumire, mânie și iertare, boală și sănătate, viață și moarte, și așa mai departe. Această dualitate este caracteristica lumii. Câtă vreme există zile, vor fi și nopți. Câtă vreme există bogăție, va fi și sărăcie. Câtă vreme există război, va fi și pace. Țelul nostru ar trebui să fie absolvirea acestei școli, ridicându-ne deasupra perechilor de contrarii. Atunci vom ajunge în adevăratul nostru cămin spiritual.

Dacă nu știm să înotăm, cum putem salva pe cineva care se îneacă? Ar fi oare o dovadă de egoism din partea noastră dacă mai întâi ne-am concentra efortul pentru a învăța să înotăm? Numai atunci i-am putea ajuta pe cei care se îneacă. Este foarte ușor să critici situația în care se află lumea, dar dacă fiecare dintre noi ar deveni un om mai bun, aceasta ar aduce o contribuție mult mai bună la îmbunătățirea ei decât a ne lansa în nesfârșite controverse despre ce au greșit toți ceilalți.

Construirea de spitale, biserici, azile și școli, înfăptuirea oricărei alte fapte caritabile – precum ajutorarea bolnavilor, muribunzilor, nevoiașilor – sunt toate eforturi umanitare meritorii

care ne dau cu adevărat un simțământ de împlinire. Problema este că umanitarismul este confundat cu spiritualitatea. Singure, aceste activități nu ne pot duce la Dumnezeu. Până când cineva nu pătrunde în mod conștient în interiorul său, nu își înălță conștiința, nu se contopește cu Dumnezeu și nu devine asemenea lui, toate eforturile exterioare – oricât de nobile – nu vor fi de niciun folos.

Diferitele religii ne îndeamnă să facem fapte caritabile, să ne rugăm și să ducem o viață morală. Ele consideră toate acestea ca fiind alfa și omega religiei. Deși aceste activități sunt foarte bune, ele nu sunt suficiente, pentru că nu ne pot duce mai departe de cerurile inferioare ale regiunilor spirituale. Odată ce meritele acumulate pentru un asemenea comportament bun se sfârșesc, sufletul trebuie să se întoarcă în acest plan de conștiință și să ia totul de la capăt, pentru că cerurile în care ajungem ca răsplată pentru faptele noastre bune se află, toate, în domeniului minții. La această diversitate a planurilor spirituale se referea Iisus când a spus: „În Casa Tatălui meu multe locașuri sunt.” (Ioan 14:2)

Comunicarea noastră cu Dumnezeu este limitată atunci când ne rugăm lui cu rugăciuni prestabilite. Dacă Dumnezeu are puterea de a ne îndeplini dorințele, El trebuie cu siguranță să aibă și puterea de a ști ce avem nevoie. Propria noastră lipsă de credință este cea care ne îndeamnă să-i adresăm cereri, ca și cum El nu ar ști ce nevoi avem. Când folosim rugăciuni prestabilite, oare nu ne împiedicăm singuri în a ne exprima liber iubirea noastră? Avem nevoie de cuvinte prestabilite când ne adresăm celor pe care îi iubim? Este Dumnezeu atât de tare de urechi încât trebuie să-i repetăm rugăciunile mereu? Îl slăvim de frică pentru ceea ce ne poate face? Sau îl slăvim din interesul de a dobândi ceea ce dorim? În amândouă cazurile, rugăciunea motivată de frică sau de interes este extrem de mărginită. Trebuie să-l slăvim pe Dumnezeu doar din iubire. Rabia Basri, o femeie sfântă din Persia, spunea: „Doresc să pot îneca porțile iadului pentru ca nimeni să nu ți se închine ție de frică și aș vrea să dau

foc porților paradisiului, pentru ca nimeni să nu ți se închine ție pentru făgăduința raiului. Atunci ți se vor închina cu toții numai din iubire.”

Să ne depășim limitele în iubire

Iubirea însăși este cea care dizolvă toate hotarele și limitările pe care noi le impunem vieții. Iubirea este cea mai mare forță din creație. Fără iubire, viața este stearpă și fără valoare. Lipsit de iubire, un palat va părea la fel de mohorât ca un mormânt. Încărcată de lumina iubirii, o colibă mizeră și dărăpănată va vibra de frumusețe. Iubirea este cea mai prețioasă dintre toate comorile. Fără ea nu există nimic, cu ea există totul. În *Filozofia Maeștrilor Spirituali*, Maharaj Sawan Singh spune:

„Înaintea creării acestei lumi, Dumnezeu era asemenea unui vast ocean de Atot-Conștiință. El era în întregime iubire, întrutotul beatitudine și sieși îndestul. Dumnezeu era totul în sine însuși și se afla într-o stare de fericit repaus, iar forma sa esențială era iubire. Nu iubire pentru o altă făptură, pentru că nu exista niciuna. Era pentru Sine însuși. Era parte integrantă din El și nu era determinată de nimic altceva. Aceasta este starea de nedescris a Iubirii.”

Iubire este un alt nume pentru spiritul lui Dumnezeu. Spiritul lui Dumnezeu este ceea ce susține universul în echilibru și armonie. De aceea, considerabilele forțe care acționează în univers nu sunt în conflict una cu alta, ci coexistă în echilibru desăvârșit. Dacă intrăm în contact cu spiritul lui Dumnezeu, ne vom bucura și noi de armonia desăvârșită. Aceași forță care susține întreaga creație susține și ocrotește permanent și propria noastră viață. Forța aceea este iubirea, puterea pozitivă a creației care include inteligență, bucurie și echilibru. Sfinții și misticii vin pentru a ne aduce în contact cu această forță, astfel încât să ne putem ridica deasupra limitărilor noastre pământești și să redescoperim această iubire în toată plenitudinea, echilibrul și bucuria ei.

EL CAMINO REAL – CALEA REGALĂ

În cartea sa *Cu un Mare Învățător în India*, Dr. Johnson scrie referitor la calea sfinților: „Calea aceasta nu este o teorie. Nu este un sistem de credințe și dogme. Nu este nici măcar o religie, deși include toate valorile religiei. Este un drum adevărat, o cale reală care trebuie parcursă, care fără îndoială implică anumite pregătiri și un antrenament pe măsură ce pășim pe ea. De fapt, cuvântul „cale” nu este cu totul potrivit. Un cuvânt mai adecvat ar fi Camino Real sau Calea Regală. Ea le aparține Maeștrilor Regali și ea îl conduce pe călător de pe pământ înspre în sus, împărăție după împărăție, din regiune în regiune, fiecare din ele mai minunată decât precedenta, într-o serie ascendentă, până când călătorul atinge destinația sa finală, la picioarele Dumnezeului Suprem al tuturor religiilor. Este literalmente o magistrală pe care sfinții o străbat împreună cu discipolii lor, trecând prin vaste și numeroase regiuni, oprind la diferite stații din traseu.

Parcursul este într-adevăr o succesiune de triumfuri, căci toți discipolii sfinților sunt împuterniciți să stăpânească fiecare regiune în care ajung, să-i absoarbă cunoașterea și puterile și să-i devină cetățeni. Sfântul este mărețul conducător care conduce sufletul din biruință în biruință. Este un parcurs lung și anevoios, dar sfântul a fost aici de multe ori și este stăpân peste toate acestea.

De aceea, călătoria spirituală este o lungă succesiune de biruințe, până în momentul când călătorul își atinge măreața destinație.”

Învățăturile sfinților reprezintă o știință spirituală în cadrul căreia experimentele au loc în laboratorul dinăuntrul nostru. Pentru a experimenta în interiorul nostru este important să ne facem ordine în laborator, să punem ordine în viața noastră. Trebuie să ne stabilim corect prioritățile și să acționăm în conformitate cu ele. Acțiunile noastre trebuie să reflecte aspirațiile noastre. Trebuie să alocăm timp acestui demers pentru a ne dovedi nouă înșine adevărul.

Urmând o cale spirituală

Ce așteptăm, de fapt, de la viață? Care este scopul acțiunilor pe care le săvârșim? Încotro duce drumul pe care am optat să mergem? Ne îndreptăm într-adevăr într-o direcție, sau drumul ne conduce în cerc? Suntem satisfăcuți de viața noastră?

Dacă nu suntem mulțumiți de răspunsurile pe care ni le dăm la aceste întrebări, am dori poate să căutăm o cale care să aibă un sens, o cale de a putea trăi în lume și în același timp de a dezvolta tot ceea ce este mai valoros în noi.

Dacă suntem hotărâți să ne folosim viața la întregul ei potențial trebuie să ne aprofundăm spiritualitatea. Cum putem proceda? Care sunt demersurile practice care duc la aprofundarea spiritualității noastre? Mai întâi începem prin a cerceta învățăturile spirituale și prin a ne alege cu grijătovărășiile. O bună companie și un efort îndeplinit cu onestitate ne vor îndrepta în direcția lui Dumnezeu. Acesta este considerentul pentru care orice sfânt le subliniază discipolilor săi importanța unei bune companii. Este propriu naturii omenești să devenim asemenea celor pe care îi iubim. Omul este influențat de compania în care se află. În tovarășia unor oameni lacomi și plini de patimi, devenim și noi lacomi și plini de patimi, în timp ce aflați în

tovărășia unor oameni cu înclinații spirituale, devenim și noi interesați de spiritualitate. Alături de oameni cu preocupări lumești suntem mai predispuși la a deveni și noi lumești și într-o continuă agitație, în timp ce în preajma celor cu înclinații spirituale este mai probabil să devenim liniștiți și senini.

De asemenea, ne putem ajuta pe noi înșine citind cărți spirituale sau participând la întâlnirile unde sunt explicate învățăturile sfinților. Trebuie să investigăm în continuare, să analizăm mai multe căi, pentru a ne convinge care este cea mai bună pentru noi, care ni se potrivește cel mai bine.

Este important să întreprindem o cercetare aprofundată pentru a descoperi care este cea mai bună cale pentru noi. Dacă pentru un lucru atât de banal cum este cumpărarea unei cămăși ținem cont de atâtea lucruri înainte de a alege una, cu cât mai multă grijă trebuie să avem în luarea unei hotărâri atât de însemnate!

Există multe căi și diferiți învățători. Fiecare împlinește un anumit scop. Dacă suntem în căutarea unei căi care să ne îmbunătățească situația financiară, care să ne dea mai multă energie, să ne îmbunătățească viața sexuală, să ne liniștească mintea, să ne îmbunătățească relațiile cu ceilalți, să ne facă mai sănătoși sau să ne ajute să luăm decizii mai bune în afaceri – există mulți învățători care ne pot îndruma pe aceste căi, fără a trebui să ne supunem privațiunilor și angajamentelor pe care le cer învățăturile sfinților. Calea sfinților este preocupată exclusiv de realizarea de sine și, în final, de realizarea lui Dumnezeu.

Dacă în urma unei analize atente decidem că învățăturile sfinților reprezintă calea potrivită pentru noi, atunci trebuie să încercăm timp de cel puțin un an să nu consumăm droguri, alcool și tutun, să urmăm o dietă vegetariană și să ducem o viață cinstită și morală, pentru a ne da seama dacă vom putea urma această cale tot restul vieții.

Calea aceasta nu este un hobby, un club, o religie sau o sectă. Nu trebuie să facem vreun jurământ față de vreun anumit grup. Nu se cere nicio taxă. Nu există dogme, ritualuri, ceremonii, nici preoți, clădiri sacre, scripturi sfinte, meditație în grup. Nu se cere credință oarbă. Poți aparține oricărei religii și urma în același timp învățăturile sfinților.

Această cale de spiritualitate implică o relație personală între discipol și învățătorul său spiritual. Învățătorul cere doar angajamentul liber consimțit de a respecta dieta vegetariană, de a nu consuma droguri, tutun și alcool, de a duce o viață morală și de a medita două ore și jumătate în fiecare zi.

Aceasta este o cale pentru oameni serioși și maturi. La împlinirea vârstei de douăzeci și doi de ani putem solicita inițierea în această cale spirituală. La această vârstă omul este mai puțin influențabil decât înainte. El a văzut lumea suficient de mult pentru a-și da seama ce are ea de oferit și este suficient de matur pentru a hotărî dacă va fi sau nu în măsură să adopte această cale ca mod de viață.

Echilibru desăvârșit, lipsă de griji

Avem o răspundere față de noi înșine. Trebuie să ne îngrijim de noi înșine. Nimeni altcineva nu va străbate calea pentru noi. Trebuie să o parcurgem noi înșine. Învățătorul spiritual ne va ajuta, dar noi va trebui să contribuim cu efortul nostru. Ne putem bizui pe cei cinci piloni ai spiritualității pentru a ne asigura o bază solidă pe care să ne edificăm viața spirituală. Atunci când luăm hotărîrea de a deveni ființe omenești mai bune, în chiar acel moment începem să ne dezvoltăm natura spirituală și, odată cu ea, tot ceea ce este mai bun în noi. Pentru a ne dezvolta trebuie să începem prin a introduce valorile spiritualității în lumea noastră materială. Trebuie să ieșim din cercul strâmt la care ne-am limitat noi înșine și să ne lărgim orizontul de înțelegere și acțiune.

Dezvoltând pace mentală și stabilitate prin faptul că ne bizuim pe cei cinci piloni ai spiritualității, ne vom bucura de existența lipsită de zbucium, stabilă și fericită care va rezulta. Cultivându-ne natura spirituală și bucurându-ne de ea, mintea noastră va căuta să mențină acest nou și mult mai plăcut mod de a fi și va dezvolta convingerea și hotărârea să obțină cât mai des posibil starea de beatitudine pe care a gustat-o. Cu cât precumpănește natura noastră spirituală, cu atât devenim mai liberi și mai mulțumiți.

Când începem să pășim pe calea spirituală, tendințele inferioare ale minții sunt treptat anihilate. Străbătând calea cu credință și convingere, atitudinea noastră față de viață se va schimba și vom deveni puternici din punct de vedere spiritual. Năzuințele de evoluție spirituală ale minții vor fi atunci libere să dea la iveală tot ceea ce este mai bun în noi.

Atunci când ne-am dedicat căii sfinților, toate acțiunile noastre devin echilibrate și cumpănite, iar înăuntrul nostru ne bucurăm de cea mai minunată stare de pace, fericire și lipsă de griji. Atunci, cunoașterea lui Dumnezeu devine o posibilitate reală.



CĂRȚI DESPRE SPIRITUALITATE

RSSB TRADITION

Sar Bachan Prose – *Soami Ji Maharaj*
Sar Bachan Poetry – *Soami Ji Maharaj*
Spiritual Letters – *Baba Jaimal Singh*
The Dawn of Light – *Maharaj Sawan Singh*
Discourses on Sant Mat, Volume I – *Maharaj Sawan Singh*
My Submission – *Maharaj Sawan Singh*
Philosophy of the Masters (5 volumes) – *Maharaj Sawan Singh*
Spiritual Gems – *Maharaj Sawan Singh*
Discourses on Sant Mat, Volume II – *Maharaj Jagat Singh*
The Science of the Soul – *Maharaj Jagat Singh*
Die to Live – *Maharaj Charan Singh*
Divine Light – *Maharaj Charan Singh*
Light on Saint John – *Maharaj Charan Singh*
Light on Saint Matthew – *Maharaj Charan Singh*
Light on Sant Mat – *Maharaj Charan Singh*
The Path – *Maharaj Charan Singh*
Quest for Light – *Maharaj Charan Singh*
Spiritual Discourses (2 volumes) – *Maharaj Charan Singh*
Spiritual Heritage – *Maharaj Charan Singh*
Spiritual Perspectives (3 volumes) – *Maharaj Charan Singh*
Call of the Great Master – *Daryai Lal Kapur*
Concepts & Illusions: A Perspective – *Sabina Oberoi*
Heaven on Earth – *Daryai Lal Kapur*
Honest Living – *M. F. Singh*
In Search of the Way – *Flora E. Wood*
The Inner Voice – *C. W. Sanders*
Liberation of the Soul – *J. Stanley White*
Life Is Fair: The Law of Cause and Effect – *Brian Hines*
Living Meditation – *Hector Esponda Dubin*
Message Divine – *Shanti Sethi*
The Mystic Philosophy of Sant Mat – *Peter Fripp*
Mysticism: The Spiritual Path – *Lekh Raj Puri*
The Path of the Masters – *Julian P. Johnson*
Radha Soami Teachings – *Lekh Raj Puri*
A Soul's Safari – *Netta Pfeifer*
A Spiritual Primer – *Hector Esponda Dubin*
Treasure beyond Measure – *Shanti Sethi*
A Wake Up Call: Beyond Concepts & Illusions –
Sabina Oberoi and Beverly Chapman
With a Great Master in India – *Julian P. Johnson*
With the Three Masters (3 volumes) – *Rai Sahib Munshi Ram*

MYSTIC TRADITION

Bulleh Shah – *J. R. Puri and T. R. Shangari*
Dadu: The Compassionate Mystic – *K. N. Upadhyaya*
Dariya Sahib: Saint of Bihar – *K. N. Upadhyaya*
Guru Nanak: His Mystic Teachings – *J. R. Puri*
Guru Ravidas: The Philosopher's Stone – *K. N. Upadhyaya*
Kabir: The Great Mystic – *Isaac A. Ezekiel*
Kabir: The Weaver of God's Name – *V. K. Sethi*

Many Voices, One Song: The Poet Mystics of Maharashtra –
Judith Sankaranarayan

Mira: The Divine Lover – V. K. Sethi

Saint Namdev – J. R. Puri and V. K. Sethi

Sant Charandas – T. R. Shangari

Sant Patlu: His Life and Teachings – Isaac A. Ezekiel

Sarmad: Martyr to Love Divine – Isaac A. Ezekiel

Shams-e Tabrizi – Farida Maleki

Sheikh Farid: The Great Sufi Mystic – T. R. Shangari

Sultan Bahu – J. R. Puri and K. S. Khak

The Teachings of Goswami Tulsidas – K. N. Upadhyaya

Tukaram: The Ceaseless Song of Devotion – C. Rajwade

Tulsi Sahib: Saint of Hathras – J. R. Puri and V. K. Sethi

Voice of the Heart: Songs of Devotion from the Mystics

MYSTICISM IN WORLD RELIGIONS

Adventure of Faith – *Shraddha Liertz*

Buddhism: Path to Nirvana – K. N. Upadhyaya

The Divine Romance – *John Davidson*

The Gospel of Jesus – *John Davidson*

Gurbani Selections (Volumes I, II)

The Holy Name: Mysticism in Judaism – *Miriam Caravella*

Jap Ji – T. R. Shangari

The Mystic Heart of Judaism – *Miriam Caravella*

The Odes of Solomon – *John Davidson*

One Being One – *John Davidson*

Pathways to Liberation: Exploring the Vedic Tradition –
K. Sankaranarayanan

The Prodigal Soul – *John Davidson*

The Song of Songs – *John Davidson*

Tales of the Mystic East

A Treasury of Mystic Terms, Parts I-II (10 volumes) – *John Davidson, ed.*

Yoga and the Bible – *Joseph Leeming*

VEGETARIAN COOKBOOKS

Baking Without Eggs

British Taste

Creative Vegetarian Cooking

The Green Way to Healthy Living

Meals with Vegetables

BOOKS FOR CHILDREN

The Journey of the Soul – *Victoria Jones*

One Light Many Lamps – *Victoria Jones*

MISCELLANEOUS THEMES

Empower Women: An Awakening – *Leena Chawla*

Equilibrium of Love: Dera Baba Jaimal Singh



For Internet orders, please visit: www.rssb.org

For book orders within India, please write to:

Radha Soami Satsang Beas

BAV Distribution Centre, 5 Guru Ravi Dass Marg

Pusa Road, New Delhi 110 005

ADRESE PENTRU INFORMAȚII ȘI CĂRȚI

INDIAN SUBCONTINENT

INDIA

The Secretary
Radha Soami Satsang Beas
Dera Baba Jaimal Singh
District Amritsar
Punjab 143 204

NEPAL

Mr. S.B.B. Chhetri
RSSB - Kathmandu
Gongabu 7, P.O. Box 1646
Kathmandu
☎ +977-01-435-7765

SRI LANKA

Mrs. Maya Mahubani
RSSB - Colombo
No. 47/1 Silva Lane
Rajagiriya, Colombo
☎ +94-11-286-1491

SOUTHEAST ASIA

Mrs. Cami Moss
RSSB - Hong Kong
T.S.T., P.O. Box 90745
Kowloon, Hong Kong
☎ +852-2369-0625

Mr. Manoj Sabnani
RSSB - Hong Kong
27th Floor, Tower B
Billion Centre
1 Wang Kwong Road
Kowloon Bay, Hong Kong
☎ +852-2369-0625

Mrs. Ivy Sabnani
Unit D, 22nd Floor, Tower A
Billion Center
1 Wang Kwong Road
Kowloon Bay, Hong Kong

HONG KONG

RSSB - Hong Kong
27th Floor, Tower B
Billion Centre
1 Wang Kwong Road
Kowloon Bay
☎ +852-2369-0625

GUAM

Mrs. Rekha Sadhwani
625 Alupang Cove
241 Condo Lane
Tamuning 96911

INDONESIA

Mr. Ramesh Sadarangani
Yayasan RSSB - Jakarta
Jl. Transyogi Kelurahan Jatirangga
Pondok Gede 17434
☎ +62-21-845-1612

Yayasan RSSB - Bali
Jalan Bung Tomo
Desa Pemecutan Raya
Denpasar, Bali 80118
☎ +62-361-438-522

JAPAN

Mr. Jani G. Mohinani
RSSB - Kobe
1-2-18 Nakajima-Dori
Aotani, Chuo-Ku
Kobe 651-0052
☎ +81-78-222-5353

KOREA

Mr. Haresh Buxani
SOS Study Centre - Korea
638, Hopyeong-Dong
R603-1 & 604 Sungbo Building
Nam Yangju, Gyeong Gi-Do
☎ +82-231-511-7008

MALAYSIA

Mr. Bhupinder Singh
RSSB - Kuala Lumpur
29 Jalan Cerapu Satu
Off Batu 3 ¼, Jalan Cheras
Kuala Lumpur 56100
Wilayah Persekutuan
☎ +603-9200-3073

PHILIPPINES

Mr. Anil Buxani
SOS Study Centre - Manila
9001 Don Jesus Boulevard
Alabang Hills, Cupang
Muntinlupa City, 1771
Metro Manila
☎ +63-2-772-0111 / 0555

SINGAPORE

Mrs. Asha Melwani
RSSB - Singapore
19 Amber Road
Singapore 439868
☎ +65-6447-4956

TAIWAN, R.O.C.

Mr. Haresh Buxani
SOS Study Centre - Taiwan
Aetna Tower Office
15F., No. 27-9, Sec.2
Jhongjheng E.Rd.
Danshuei Township
Taipei 25170
☎ +886-2-8809-5223

THAILAND

Mr. Harmahinder Singh Sethi
RSSB - Bangkok
58/32 Thaphra Ratchadaphisek Rd.
Soi 16, Wat Thapra
Bangkok Yai District
Bangkok 10600
☎ +66-2-868-2186 / 2187

ASIA PACIFIC**AUSTRALIA**

Mrs. Jill Wiley
P.O. Box 1256
Kenmore 4069
Queensland
SOS Study Centre - Sydney
1530 Elizabeth Drive
Cecil Park
New South Wales 2178
☎ +61-2-9826-2599

NEW ZEALAND

Mr. Tony Waddicor
P.O. Box 5331, Auckland
SOS Study Centre - Auckland
80 Olsen Avenue
Hillsborough, Auckland
☎ +64-9-624-2202

**CANADA &
UNITED STATES****CANADA**

Mr. John Pope
5285 Coombe Lane, Belcarra
British Columbia V3H 4N6

SOS Study Centre - Vancouver
2932 -176th Street
Surrey, B.C. V3S 9V4
☎ +1-604-541-4792

Mrs. Meena Khanna
149 Elton Park Road
Oakville, Ontario L6J 4C2

SOS Study Centre - Toronto
6566 Sixth Line, RR 1 Hornby
Ontario L0P 1E0
☎ +1-905-875-4579

UNITED STATES

Dr. Frank E. Vogel
275 Cutts Road
Newport, NH 03773

Dr. Douglas Graham Torr
529 Carolina Meadows Villa
Chapel Hill, NC 27517

Mr. Michael Sanderson
1104 Toppe Ridge Court
Raleigh, NC 27615

Mr. Gaurav Chawla
36689 Rolf St.
Westland, MI 48186

Mr. Hank Muller
P.O. Box 1847
Tomball, TX 77377

Mr. James Rosen
6710 Round Oak Road
Penngrove, CA 94951

Dr. Vincent P. Savarese
2550 Pequeno Circle
Palm Springs, CA 92264-9522

SOS Study Centre - Fayetteville
4115 Gillespie Street
Fayetteville, NC 28306-9053
☎ +1-910-426-5306

SOS Study Centre - Petaluma
2415 Washington Street
Petaluma, CA 94954
☎ +1-707-762-5082

**MEXICO &
CENTRAL AMERICA**

Dr. Servando Sanchez
16103 Vanderbilt Drive
Odessa, Florida 33556, USA

MEXICO

Mr. Francisco Rodriguez Rosas
RSSB - Puerto Vallarta
Circuito Universidad #779
Col. Ejido Las Juntas, Delegacion
El pitillal CP 48290
Puerto Vallarta, Jalisco
☎ +52-322-299-1954

Radha Soami Satsang Beas -
Guadalajara
Efrain Gonzalez Luna
2051 Col. Americana
Guadalajara, Jalisco 44090
☎ +52-333-615-4942

BELIZE

Mrs. Milan Bhindu Hotchandani
4633 Seashore Drive
P.O. Box 830, Belize City

PANAMA

Mr. Ashok Tikamdas Dinani
P.O. Box 0302-01000, Colon

SOUTH AMERICA

ARGENTINA

Ms. Fabiana Shilton
Leiva 4363 Capital Federal
C.P. 1427 Buenos Aires

BRAZIL

Ms. Angela Beatriz
Rua Padre Caravallito 391
Sao Paulo 05427100

CHILE

Mr. Vijay Harjani
Pasaje Cuatro No. 3438
Sector Chipana, Iquique
Fundacion RSSB - Santiago
Av. Apoquindo 4775, Oficina 1503
Las Condes, Santiago
☎ +56-22-884-6816

COLOMBIA

Mrs. Emma Orozco
Asociacion Cultural
RSSB - Medellin
Calle 48 No. 78A-30
P.O. Box 0108, Medellin
☎ +574-234-5130

ECUADOR

Mr. Miguel Egas H.
RSSB - Quito
Calle Marquez de Varela
OE 3-68y Avda. America
P.O. Box 17-21-115, Quito
☎ +5932-2-555-988

PERU

Mr. Carlos Fitts
Asociacion Cultural
RSSB - Lima
Av. Pardo #231, 12th Floor
Miraflores, Lima 18
☎ +511-651-2030

VENEZUELA

Mrs. Helen Paquin
RSSB - Caracas
Av. Los Samanes con
Av. Los Naranjos Conj
Res. Florida 335
La Florida, Caracas 1012
☎ +58-212-731-2208

CARIBBEAN

Mr. Sean Finnigan
SOS Study Centre - St. Maarten
P.O. Box 978, Phillipsburg
St. Maarten, Dutch Caribbean

Mrs. Jaya Sabnani
1 Sunset Drive South
Fort George Heights
St. Michael BB111 02
Barbados, W.I.

BARBADOS, W.I.

Mr. Deepak Nebhani
SOS Study Centre - Barbados
No. 10, 5th Avenue, Belleville
St. Michael BB11114
☎ +1-246-427-4761

CURACAO

Mrs. Hema Chandiramani
SOS Study Centre - Curacao
Kaya Seru di Milon 6-9
Santa Catharina
☎ +599-9-747-0226

ST. MAARTEN

Mr. Prakash Vishindas Daryanani
 SOS Study Centre - St. Maarten
 203 Oyster Pond Road
 St. Maarten, Dutch Caribbean
 ☎ +1-721-547-0066

GRENADA, W.I.

Mr. Ajay Mahbubani
 P.O. Box 820, St. Georges

GUYANA

Mrs. Indu Lalwani
 155, Garnette Street
 Newtown Kitty, Georgetown

HAITI, W.I.

Ms. Evelyn Liautaud Quine
 SOS Study Centre-Haiti
 84, Autoroute de Delmas
 (angle Delmas 18-A)
 Saint-Martin
 HT6120, Port-au-Prince

JAMAICA, W.I.

Mrs. Shamni Khiani
 37A Leader Drive
 Montego Bay

ST. THOMAS

Mr. Rajesh Chatlani
 5178 Dronningens Gade, Ste2
 US Virgin Islands
 VI 00801-6145

SURINAME

Mr. Ettire Stanley Rensch
 Surinamestraat 36 Paramaribo

TRINIDAD, W.I.

Mr. Chandru Chatlani
 20 Admiral Court
 Westmoorings-by-Sea

EUROPE*BELGIUM*

Mr. Piet J. E. Vosters
 Driezenstraat 26
 Turnhout 2300

BULGARIA

Mr. Deyan Stoyanov
 Foundation RSSB - Bulgaria
 P.O. Box 39, 8000 Bourgas

CYPRUS

Mr. Heraclis Achilleos
 P.O. Box 29077
 1035 Nicosia

CZECH REPUBLIC

Mr. Vladimir Skalsky
 Maratkova 916
 142 00 Praha 411

DENMARK

Mr. Tony Sharma
 Sven Dalsgaardsvej 33
 DK-7430 Ikast

SOS Study Centre - Denmark
 Formervangen 36
 Glostrup 2600

FINLAND

Ms. Anneli Wingfield
 P.O. Box 1422
 00101 Helsinki

FRANCE

Mr. Pierre de Proyard
 7 Quai Voltaire
 Paris 75007

Mr. Bernard Estournet
 1 rue de l'Arrivée
 Enghien-les-Bains 95880

GERMANY and AUSTRIA

Mr. Rudolf Walberg
 P.O. Box 1544
 D-65800 Bad Soden

Mr. Stephan Zipplies
 Auf der Platt 20
 61479 Glashuetten im Ts

SOS Study Centre - Frankfurt
 In den Ensterwiesen 4+9
 D-61276, Weilrod-Riedelbach
 Germany

☎ +49-6083-959-4700

GIBRALTAR

Mr. Sunder Mahtani
 RSSB Charitable Trust - Gibraltar
 15 Rosia Road, GX11 1AA
 ☎ +350-200-412-67

GREECE

Mr. Themistoclis Gianopoulos
6 Platonos Str.
17672 Kallithea, Attiki

SOS Study Centre - Athens
10 Filikis Etaireias Street
14234-Nea Ionia, Attiki
☎ +30-210-7010610

ITALY

Mrs. Wilma Salvatori Torri
Via Bacchiglione 3
00199 Rome

Mr. Bill Kahn
Strada Statale 63, No. 189
42044 Santa Vittoria di
Gualtieri (RE)

NETHERLANDS

Mr. Henk Keuning
Kleizuwel
3633 AE Vreeland

Science of the Soul Study Centre -
Netherlands
Middenweg 145 E
1394 AH Nederhorst den Berg
☎ +31-294-255-255

NORWAY

Mr. Manoj Kaushal
Langretta 8
N - 1279 Oslo

POLAND

Mr. Vinod Kumar Sharma
P.O. Box 59
Ul. Szkolna 15
05-090 Raszyn

PORTUGAL

Mrs. Sharda Lodhia
CRCA Portugal
Av. Coronel Eduardo Galhardo
No.18 A-B, Lisbon 1170-105

ROMANIA

Mrs. Carmen Cismas
C.P. 6-12, 810600 Braila

SLOVENIA

Mr. Marko Bedina
Brezje pri Trzicu 68
4290 Trzic

SPAIN

Mr. J. W. Balani
Fundacion Cultural RSSB - Malaga
Avenida de las Americas s/n
Cruce Penon de Zapata
29130 Alhaurin de la Torre, Malaga
☎ +34-952-414-679

SWEDEN

Mr. Lennart Zachen
Norra Sonnarpsvägen 29
SE-286 72 Asljunga

SWITZERLAND

Mr. Sebastian Züst
Weissenrainstrasse 48
CH 8707 Uetikon Am See

UNITED KINGDOM

Mr. Narinder Singh Johal
SOS Study Centre - Haynes Park
Haynes Park, Church End Haynes
MK45 3BL Bedford
☎ +44-1234-381-234

Mr. Douglas Cameron
SOS Study Centre - Haynes Park
Haynes Park, Church End Haynes
MK45 3BL Bedford

AFRICA**BENIN**

Mr. Jaikumar T. Vaswani
01 Boite Postale 951
Recette Principale, Cotonou 01

BOTSWANA

Dr. Krishan Lal Bhateja
P.O. Box 402539, Gaborone

CONGO-KINSHASA

Mr. Prahlad Parbhu
143 Kasai Ave., Lubumbashi

GHANA

Mr. Amrit Pal Singh
RSSB - Accra
P.O. Box 3976, Accra
☎ +233-242-057-309

IVORY COAST

Mr. Veerender Kumar Sapra
Avenue 7, Rue 19, Lot 196
Trechville
05 BP 1547 Abidjan 05

KENYA

Mr. Amarjit Singh Viridi
 RSSB - Nairobi
 P.O. Box 15134
 Langata 00509, Nairobi
 ☎ +254-20-210-2970

LESOTHO

Mr. Tumelo Moseme
 No.1 PTC Kofi Ammam Road
 Maseru 0100

MADAGASCAR

Mrs. I. Rakotomahandry
 BP100 Airport d'Ivato
 Antananarivo 105

MAURITIUS

Mr. Indurlall Fagoonee
 SOS - Mauritius
 69 CNR Antelme/Stanley Avenues
 Quatre Bornes
 ☎ +230-454-3300

MOZAMBIQUE

Mr. Mangaram Matwani
 Av Josina Machel
 1st floor No. 376
 Maputo 190

NAMIBIA

Mrs. Jennifer Carvill
 P.O. Box 449
 Swakopmund 9000

NIGERIA

Mr. Nanik N. Balani
 G.P.O. Box 5054, Marina Lagos

RÉUNION

Ms. Marie-Lynn Marcel
 5 Chemin 'Gonneau, Bernica
 St Gillesles Hauts 97435

SIERRA LEONE

Mr. Kishore S. Mahboobani
 82/88 Kissy Dock Yard
 P.O. Box 369, Freetown

SOUTH AFRICA

Mr. Gordon Clive Wilson
 P.O. Box 1959
 Randpark Ridge
 Gauteng 2156

SOS Study Centre - Bush Hill
 24 Kelly Road
 Randburg, Bush Hill
 Johannesburg 2092
 ☎ +27-11-025-7655

SWAZILAND

Mr. Mike Cox
 Green Valley Farm
 Malkerns

TANZANIA

Mr. Devender Singh Nagi
 P.O. Box 1963
 Dar es Salaam

UGANDA

Mr. Sylvester Kakooza
 RSSB - Kampala
 P.O. Box 31381, Kampala

ZAMBIA

Mr. Surinder Kumar Sachar
 2922 Mutondo Crescent
 Copper Belt, Kitwe 212

ZIMBABWE

Mr. Gordon Clive Wilson
 P.O. Box 1959
 Randpark Ridge
 Gauteng 2156, South Africa

MIDDLE EAST**BAHRAIN**

Mr. Sameer Deshpande
 P.O. Box 75160
 Juffair, Manama

ISRAEL

Mr. Michael Yaniv
 Moshav Sde Nitzan 59
 D.N. Hanegev 85470

KUWAIT

Mr. Jayakara Shetty
 P.O. Box 22223
 13083 Safat

U.A.E.

Mr. Daleep Dhalumal Jatwani
 P.O. Box 37816, Dubai
 ☎ +971-4-339-4773